MAITREYA MAGAZINE

4

jaargang 14 1992

losse nummers *f* 6,50

TIBETAANS BOEDDHISME

ASANGA

DE VIER EDELE WAARHEDEN

WAAROM UW HULP ONONTBEERLIJK IS

INHOUD

DE VIER EDELE WAARHEDEN
door Geshe Sonam Gyaltsen 3

ASANGA
door prof. Robert Thurman 10

DANKWOORD AAN ALLE VRIJWILLIGERS
EN ANDERE MEDEWERKERS VAN
HET MAITREYA INSTITUUT
door Geshe Sonam Gyaltsen 14

WAAROM UW HULP ONONTBEERLIJK IS
door Jan-Paul Kool 17

TIBETNIEUWS
door Tibet Support Groep 20

VERSLAG JAARLIJKSE
C.P.M.T. VERGADERING
door Paula de Wijs-Kookin 21

BOEKRECENTIE 22

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN 24

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 25

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1993 26

LEZINGEN IN HET LAND
DOOR GESHE SONAM GYALTSEN 30

INFO STICHTING MAITREYA INSTITUUT 31

©

Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

VOORWOORD

VOORWOORD

Niemand wil problemen. Toch worden we er steeds weer mee geconfronteerd. Over deze frustrerende realiteit, de oorzaken ervan en de manier om ervan af te komen handelde het eerste onderricht van de Boeddha, onder de titel de 4 edele waarheden. Geshe Sonam Gyaltsen begon zijn onderricht in Nederland met een presentatie van deze 'oude' waarheden, die netzo lang actueel zullen blijven als er nog mensen ongelukkig zijn.

Het Maitreya Instituut biedt in haar cursussen over het Tibetaans boeddhisme een unieke combinatie van een zuiver traditionele overdracht van de filosofie met een moderne, op ervaring gerichte omlijsting van geleide meditaties, discussies etc.

Deze formule is verder ontwikkeld tot een uitbreiding van onze activiteiten met een 3-jarig studieprogramma, dat eind januari met een thema-weekend over verschillende meditatie-technieken van start gaat. In het 3-jarig studieprogramma zullen 8 verschillende onderwerpen aan de orde komen. De bijgesloten folder informeert u hierover uitgebreid.

In dit nummer wordt uw aandacht gevraagd voor de financiële situatie van het Maitreya Instituut door de penningmeester van de stichting.
Geshela bedankt alle ex-bewoners en vrijwilligers die het M.I. ondersteun(d)en en benadrukt het belang van hulp van buitenaf. Met het sterk teruggelopen aantal bewoners zijn vrijwilligers voor kantoor-, huis- en tuin werkzaamheden uiteraard zeer welkom! Bel eens voor meer informatie over uw mogelijkheden het centrum te steunen.
Verder veel leesgenot en tot ziens op de cursussen of op de lezingen in het land.

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

DE VIER EDELE WAARHEDEN

J.P. Kool

Geshe Sonam Gyaltsen

GESHE SONAM GYALTSEN PRESENTEERDE DE ONDERSTAANDE LEZING ALS ZIJN EERSTE ONDERRICHT IN NEDERLAND. TERWIJL HET MAITREYA INSTITUUT DE EERSTE WEEKENDCURSUS VAN HAAR NIEUWE VASTE LERAAR IN DE MAAND SEPTEMBER HAD GEPLAND NAM GESHELA ZELF HET INITIATIEF TE BEGINNEN OP EEN, IN DE BOEDDHISTISCHE WERELD, BIJZONDERE DAG, WAAROP HET EERSTE ONDERRICHT VAN DE HISTORISCHE BOEDDHA SAKYAMOENI WORDT HERDACHT.

Terwijl vandaag overal in de boeddhistische wereld op een feestelijke wijze de historische gebeurtenis wordt herdacht dat Boeddha zijn eerste onderricht gaf, ben ik blij dat ik het onderricht dat ik de komende jaren in Nederland zal geven, op deze bijzondere dag mag beginnen. Dit schept een bijzondere connectie, die voorspoed zal brengen en waarvan ik de hoop uitspreek dat het zaadje dat ik vandaag in uw bewustzijnsstroom mag planten, uit zal groeien en vrucht zal dragen.

U weet waarschijnlijk allemaal dat de historische Boeddha in het leven waarin hij Boeddha werd, als koningszoon, als prins werd geboren. Als koningszoon ontbrak het hem aan niets. Hij had er voor kunnen kiezen heel plezierig in zijn paleis te blijven en de rest van zijn leven in welbehagen en comfort door te brengen. Maar de koningszoon, Prins Siddhartha, begreep dat het plezier dat hij in zijn koninklijk paleis, in zijn weelderige leven ervoer bijzonder gebrekkig was in de zin dat het geen permanente oplossing bracht van de problemen. Daarom besloot hij verder op onderzoek uit te gaan. In zijn zoektocht naar blijvend geluk begreep hij al snel dat het blijvende geluk een geestelijke verworvenheid moet zijn en niet een vorm van lichamelijk welbehagen en dat in de verworvenheid van geestelijk geluk het lichaam vanzelf volgt. De prins kwam tot het besef dat het werkelijke geluk een verworvenheid moest zijn die de gemiddelde mensen niet bezitten, want hij zag dat de mensen ziek en oud werden en daar ernstig onder leden. Hij zag zieke mensen, mensen die gebukt gingen onder gebrek aan geestelijke harmonie en onder fysieke storingen en hij zag dat mensen uiteindelijk stierven om vervolgens als levenloos lijk te worden wegge-

dragen. Hij begreep dat deze vreselijke dingen niet alleen met anderen gebeurden, maar dat lot hem ook te wachten stond. Ook hij zou oud en ziek worden om uiteindelijk te sterven en dat stemde de prins niet alleen tot nadenken, het deed hem ook besluiten zijn weelderige prinsenleven te verlaten.

Prins Siddhartha begreep dat de vormen van lijden, ouderdom, ziekte en sterven cyclisch zijn en dat zij eindeloos terugkeren. Hij begreep ook dat het cyclische lijden alleen gestopt kan worden door het cyclische bestaan in zijn geheel consequent de rug toe te keren.

In zijn zoektocht naar blijvend geluk volgde Prins Siddhartha intensieve methoden met volledige inzet en bereikte daardoor binnen enkele jaren het hoogste niveau van evolutie, de staat van verlichting of boeddhaschap. Na het bereiken van het hoogste niveau van evolutie, onderwees hij eerst 'De Vier Edele Waarheden'. In zijn presentatie van 'De Vier Edele Waarheden', beschreef de Boeddha in feite het cyclische bestaan met haar steeds terugkerende problemen, maar ook de methode om het steeds terugkerende lijden te boven te komen en er voorgoed van bevrijd te worden.

Om bevrijding van het lijden te bereiken is het allereerst nodig over het lijden na te denken. Nu weet ik dat in deze westerse wereld het lijden geen favoriet onderwerp is en ik heb tijdens mijn bezoeken aan Duitsland al gemerkt dat de mensen daar liever niet over horen. Toch zou het niet correct zijn geheel aan de eerste edele waarheid voorbij te gaan. Wat betreft de eerste edele waarheid - het ware lijden - is het belangrijk dat we het lijden beseffen en dat we het lijden kennen. Waarom is dat zo belangrijk? Wel, er zijn bijvoorbeeld verschillende vruchten. Er zijn ook vruchten die lekker ruiken, maar van nature giftig zijn. Als we van zulke vruchten zouden eten dan zou dat ons niet goed bekomen. Dus is het, wanneer je in de velden rondloopt en van verschillende vruchten proeft, nodig te weten welke giftig zijn en welke niet, zodat ongewenste gevolgen kunnen worden voorkomen. In het boeddhisme wordt dan ook veel aandacht besteed aan het leren wat schadelijk is en wat heilzaam is, wat de gezonde vruchten en wat de giftige zijn, zodat we voortaan niet meer van giftige vruchten snoepen en daarmee toekomstig lijden voorkomen. In die zin is de presentatie van het lijden en de oorzaken van het lijden ook tegelijkertijd de presentatie van het geluk en de oorzaken van het geluk.

Mensen ervaren steeds meer de behoefte en de wens om het lijden uit te schakelen en te voorkomen. Omdat het soms heel koud is hebben we verwarming uitgevonden. Door ons te verdiepen in de natuur van koude en de manier waarop we die koude kunnen opheffen met vuur, hebben we het nu zover gekregen dat we het niet meer koud hoeven te hebben. In de warme landen, waar de mensen lijden door de hitte hebben we de airconditioning uitgevonden door ons te verdiepen in de natuur van hitte en de manier waarop ze uitgeschakeld kan worden met een koude producerende machine. Om vergelijkbare redenen is het nuttig dat we ons in het lijden verdiepen om vervolgens nauwkeurig te weten hoe we dit lijden kunnen uitschakelen. Daarom sprak de Boeddha: "Dit is het ware lijden, zoals het door de Arya-wezens wordt gekend". Waarom zij de Boeddha: "Dit is het ware lijden" en niet: "Dat is het ware lijden"? Wel terwijl hij zei: "Dit is het ware lijden", wees hij naar zijn lichaam en hij drukte daarmee uit dat het cyclische bestaan, het steeds terugkeren van problemen niet ergens ver weg is, ergens op een plaats waar we met het vliegtuig naar toe moeten, maar dat het cyclisch bestaan de gebrekkigheid van onze eigen fysieke en mentale processen (aggregaten) is. Dus de oceaan van het cyclische bestaan is niet ergens bij Scheveningen, maar bestaat uit de eigen gebrekkige aggregaten. om die reden onderwees Boeddha dat we, zolang we deze gebrekkige aggregaten hebben, blootstaan aan de drie soorten lijden; het manifeste lijden, het lijden door verandering en het allesdoordringende lijden. Het manifeste lijden en het lijden door verandering kennen we alle-

maal, maar het alles doordringende lijden is moeilijker te herkennen.

Het manifeste lijden kennen we wanneer we hoofdpijn of kiespijn hebben, een been breken of ons op andere manieren onbehaaglijk voelen. Pijn is het duidelijkste voorbeeld van het manifeste lijden. Alle vormen van onbehagen zijn er andere voorbeelden van.
Het lijden door verandering ontstaat wanneer we onze honger proberen te stillen met voedsel en dóór blijven eten. In eerste instantie zal het voedsel opluchting brengen en de honger en het onbehagen doen verdwijnen. Blijven we door eten, dan gaan wè ons heel onbehagelijk voelen. Hetzelfde fenomeen zien we wanneer we de verwarming aanzetten omdat het koud is. Als we de verwarming hoog zetten en hoog laten staan, dan wordt het al gauw te warm en veroorzaakt de warmte weer onbehagen. Dit zijn voorbeelden van het lijden door verandering.
Het allesdoordringende lijden is veel moeilijker te herkennen, want het is nou juist wat wij gewoonlijk zo mooi vinden wanneer we bijvoorbeeld naar ons lichaam kijken en trots tegen ons zelf zeggen: "ik zie er nog zo slecht niet uit!" Ons lichaam is als een basis van lijden, als een magneet die voortdurend lijden aantrekt. Omdat ons lichaam en de andere aggregaten zo ontzettend gebrekkig zijn, ontstaan gemakkelijk alle soorten onbehagen. Wanneer we in onze vingers snijden of als we ons stoten, voelen we pijn. Alleen al door het hebben van dit gebrekkige lichaam, hebben we ook een maag die we voortdurend moeten vullen en hebben we een hele garderobe vol kledingstukken om ons lichaam tegen weer en wind te beschermen. Om al die kledingstukken te vergaren moeten we allerlei moeilijke dingen uithalen en soms zelfs stelen mensen voor dit soort zaken. Nu geeft dit al aan, dat deze situatie zolang we zo'n gebrekkig lichaam, zulke gebrekkige aggregaten hebben, nauwelijks zal veranderen. Als we geen maag hebben hoeven we ook niet te eten, nietwaar? Als we geen lichaam hebben dat koude voelt, hoeven we ook niet al die kledingstukken te vergaren, dus is het lichaam of de gebrekkigheid van het lichaam zelf eigenlijk een oorzaak van lijden. Door onze of op basis van onze gebrekkige aggregaten, ontstaat een heel sterk, een heel krachtig 'ik' gevoel, gevolgd door een neiging vast te houden aan een concreet 'ik'. We koesteren ons 'zelf' boven alle anderen en daardoor ontstaan de overdreven houdingen van gehechtheid en verlangen naar personen en dingen die ons zelfbeeld ondersteunen en afkeer van mensen en dingen die ons zelf-beeld in gevaar brengen. Hoe kunnen we ons van de gebrekkige fysieke en mentale processen ontdoen?

De gebrekkige fysieke en mentale processen (aggregaten) zijn het produkt van bepaalde oorzaken en door het opheffen van die oorzaken houden ook de gebrekkige gevolgen op. Wat precies de oorzaken zijn van ons gebrekkige bestaan onderwees de Boeddha in zijn tweede edele waarheid - de ware oorzaak.

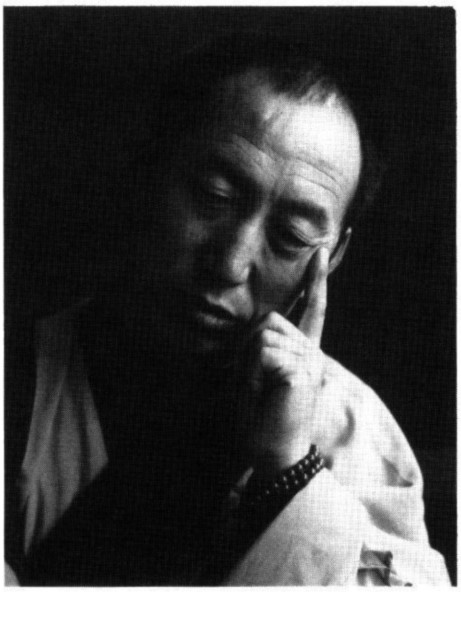
De ware oorzaak van het lijden is het geheel van verstorende emoties waaraan we voortdurend onderhevig zijn. Verstorende emoties, zoals boosheid en begeerte, trots en twijfel en vooral de onwetendheid van het vasthouden aan een concreet bestaan. Dat verstorende emoties lijden produceren weten we uit eigen ervaring. Als we er even stil bij staan is het niet zo moeilijk te begrijpen hoe bijvoorbeeld boosheid niets dan ellende produceert, zowel voor onszelf als ook voor anderen. Iets moeilijker is het te begrijpen dat begeerte lijden produceert. Begeerte houdt een mate van gehechtheid in, een niet los willen laten van personen en/of dingen die we onmogelijk vast kunnen houden. Door onze houding van

gehechtheid aan vergankelijke personen en dingen wordt ons verlangen soms heel pijnlijk.

De voornaamste oorzaak van het lijden is de onwetendheid van het vasthouden aan een concreet bestaan, het vasthouden aan een concreet 'ik' en aan concrete, onafhankelijke, op zichzelf bestaande en vanuit zichzelf bestaande dingen. Dit concrete dat wij in onszelf en in de dingen zien bestaat niet. Het is mogelijk inzicht te verwerven in de uiteindelijke werkelijkheid door het ontwikkelen van de wijsheid van zelfloosheid, die de verstorende onwetendheid van het vasthouden aan een concreet 'ik' en aan concreet bestaan van verschijnselen opheft. Hiermee heffen we de voornaamste oorzaak van het lijden op. Dit houdt in dat we niet langer gebrekkige aggregaten zullen hebben en dat we niet langer in een gebrekkig lichaam hoeven te incarneren, maar voortaan een mentaal lichaam hebben dat niet onderhevig is aan geboorte, ouderdom en dood.

Het boeddhisme verkondigt dus dat de onwetendheid van het vasthouden aan concreet bestaan kan worden opgeheven en dat hiermee blijvende bevrijding van het lijden wordt bereikt. De historische Boeddha Sakyamoeni heeft ons getoond en daarmee bewezen dat dit mogelijk is. Na hem hebben vele andere Indiase en Tibetaanse meesters zijn voorbeeld gevolgd. Inmiddels hebben dan ook vele mensen bevrijding bereikt en daarmee de oorzaak van het lijden voorgoed opgeheven.

Het opheffen van de oorzaken van het lijden doet de boeddhist door het beoefenen van de Dharma, de spirituele leer, een complex van methoden voor het opheffen van alle verstorende emoties. Door de Dharma-methoden praktisch toe te passen worden de verstorende emoties met inbegrip van de fundamentele onwetendheid geleidelijk aan opgeheven. Het toepassen van de Dharma, de spirituele methoden, wordt wel vergeleken met het nemen van medicijnen. Wanneer we ongemak ervaren door een bepaalde ziekte raadplegen we een geneesheer die ons kan vertellen wat er aan de hand is en hoe we van onze ziekte kunnen genezen. Op eenzelfde manier is het belangrijk te weten wat onze problemen zijn, zodat we ons daarvan kunnen genezen. Het is zelfs belangrijk dat we nauwkeurig weten wat de problemen zijn en wat de methoden zijn voor genezing, zodat we niet een maagmedicijn nemen wanneer we hoofdpijn hebben.



Zoals de historische Boeddha zelf al verkondigde kan ik het medicijn alleen maar aanreiken. Dat geldt voor gewone medicijnen in het medische vlak en ook voor het toepassen van de Dharma-methoden. Al hebben we een hele kast vol medicijnen en we gaan er zelfs naast liggen dan moeten we natuurlijk niet verwachten dat het medicijn werkt. We hoeven niet te twijfelen over onze mogelijkheden in deze, we hebben allemaal onze ervaring met het leren van bepaalde vakken op school en we hebben ervaring met het leren van vreemde talen. We weten dat we daarvoor moeten werken, dat we in de boeken moeten kijken, dat we dingen moeten proberen te onthouden en herhalen en herhalen tot ze blijven hangen. We weten ook uit eigen ervaring dat we niet de boeken in de kast kunnen leggen en dan op ons bed gaan liggen, want er heeft nog nooit iemand Engels geleerd door zijn boeken in de kast te leggen en er zelf naast te gaan liggen. De grote yogi Drugpa Kunlee zei: "Oorspronkelijk waren de historische Boeddha Sakyamoeni en ik precies hetzelfde, maar hij heeft heel hard gewerkt en zijn best gedaan en is daarom Boeddha Sakyamoeni geworden en ik ben al zoveel levens lui ge-

weest en zit daarom hier nog in dit gebrekkige lichaam".
Dus ook in het gebied van de spirituele evolutie moet ieder voor zich een inspanning leveren, moet ieder voor zich enthousiast volharden in dit soms moeilijke pad. Het is nu eenmaal niet mogelijk een eenvoudige overdracht van spirituele verworvenheden te geven, het is niet mogelijk zomaar wat dingen door te slikken en het dan allemaal te weten. Als dat zou kunnen dan sprak ik nu zelf vloeiend Nederlands. Boeddha Sakyamoeni zei, de negatieve karmische indrukken kun je niet uit de geest wassen met water en zeep en ik kan ze ook niet van jullie wegwassen. De krachtige verworvenheden tot en met het hoogste niveau van evolutie kun je niet op anderen overdragen, ik kan ze ook niet op jullie overdragen. De enige manier is dan ook om je de juiste zienswijze van vergankelijkheid, de verlichtingsgeest en de wijsheid van zelfloosheid eigen te maken door je daarin te verdiepen en er met enthousiaste volharding in te trainen. Degenen die dat doen zullen er ook in slagen. Dat garandeert de Boeddha. Dat heeft hij als het ware zelf ondertekend.

De volledige opheffing van het lijden is de derde edele waarheid, de ware opheffing. Die ware opheffing van al het lijden is wel degelijk mogelijk en wordt bereikt door het volgen van de drie hogere trainingen in morele zelfdicipline, in concentratie en in wijsheid. Tesamen vormen zij het ware pad, de vierde edele waarheid.

In feite is de vierde edele waarheid - het ware pad - de belangrijkste in termen van het boeddhistisch onderricht, want al het onderricht maakt altijd deel uit van dit ware pad dat naar de totale opheffing van het lijden voert. Dit ware pad bestaat uit een veelheid van methoden, die allemaal tot doel hebben de totale opheffing van het lijden te bereiken. De belangrijkste methode is het ontwikkelen van de wijsheid van zelfloosheid, de wijsheid die het ontbreken van concreet bestaan realiseert. Terwijl het ontwikkelen van de wijsheid van het ontbreken van concreet bestaan centraal staat, is het aan de andere kant gevaarlijk omdat het gemakkelijk leidt tot misverstanden. Waar gesproken wordt over zelfloosheid zou men kunnen begrijpen dat het boeddhisme verkondigt dat er geen zelf is. Niets in minder waar, het boeddhisme verwerpt alleen de foutieve zienswijze van een zelf als een concrete, onafhankelijke entiteit zoals het zich aan ons voordoet. Het zelf presenteert zich zo vaak als een concrete, onafhankelijke entiteit, dat het als het ware een voelbaar ik is, een tastbaar ik is ergens binnen in ons lichaam. Dit solide ik, dit 'ego', deze onveranderlijke zelf-entiteit bestaat niet volgens het boeddhisme. Het ik als een relatieve funktie, een persoon als continuïteit, die incarneert over een veelheid van levens, bestaat wel degelijk.

Soms leidt de presentatie van zelfloosheid tot misverstanden. Bij de presentatie over zelfloosheid, die ik aan de Sanskriet universiteit heb gegeven, was een Sanskriet leraar die bij het horen van de term Anatta - zelfloosheid - zijn handen op zijn oren deed en naar buiten liep; daar wilde hij dus niets mee te maken hebben. Het is hoe dan ook belangrijk dat we tot de juiste zienswijze komen door zelf nauwkeurige analyses uit te voeren, over waar dat concrete 'ik' zich precies bevindt, als het al zou bestaan op de manier waarop het zich aan ons voordoet. We zullen het niet vinden in onze romp, niet in ons hoofd, niet in onze benen en niet in onze handen, althans niet als die concrete onafhankelijke entiteit, zoals het zich aan ons voordoet. Door deze analyse wordt onze foutieve zienswijze van een 'hard', solide, onveranderlijke zelf-entiteit afgebroken. Zo worden we geleidelijk aan soepeler en komen we realistischer in het leven te staan.
Dit ontwikkelen van de wijsheid van zelfloosheid zal alleen lukken indien we over voldoende verdiensten, voldoende positief potentieel beschikken, vandaar dat een boeddhist zich inspant in het verzamelen ervan.

Op de derde plaats is het noodzakelijk dat we de verduisterende karmische indrukken uit onze geest verwijderen door zuiveringsmeditaties en andere zuiveringstechnieken. We weten van bijvoorbeeld Lama Tsong Khapa dat hij de wijsheid van zelfloosheid ontwikkelde terwijl hij zich enorm hard inspande in het verzamelen van verdiensten en het zuiveren van zijn geest. Voor het verzamelen van verdiensten maakte hij gebruik van de rituele mandala offerande, de symbolische offerande van het universum en hij spande zich in door het doen van neerbuigingen, waarbij hij zich vele honderdduizenden malen languit op de grond wierp om die zuivering fysiek kracht bij te zetten. Het optreden van zulke meesters geeft duidelijk aan dat we voor het ontwikkelen van de wijsheid van zelfloosheid, zowel een inspanning in zuiveringstechnieken, als een inspanning in het verzamelen van verdiensten nodig hebben. We weten dat we momenteel een waardevol mensenleven hebben met vrijheden en mogeljkheden voor spirituele groei. Dit houdt in dat we binnen onze huidige situatie van ons leven kunnen maken wat we maar willen. We hebben deze keer het heft in eigen handen. Het is heel belangrijk om een juiste combinatie te maken van het contempleren over het eigen lijden en het contempleren over de eigen mogelijkheden. Wanneer we contempleren over onze eigen problemen en frustraties, zal daaruit de wens ontstaan daarvan verlost te worden. Wanneer we vervolgens denken over het waardevolle

J.P Kool

Geshe Sonam Gyaltsen

mensenleven met al z'n mogelijkheden, zullen we moed en kracht putten uit de wetenschap dat we werkelijk in staat zijn een einde aan onze problemen te maken. Deze combinatie van het contempleren over lijden en over het waardevolle mensenleven is heel essentieel. Het is goed om er regelmatig bij stil te staan hoe fortuinlijk wij zijn, als mens in deze periode, waarin het mogelijk is les te krijgen over de Dharma-methoden en die in praktijk te brengen. Deze periode waarin het nog steeds mogelijk is grote meesters zoals Zijne Heiligheid de Dalai Lama te ontmoeten en door hem geïnspireerd te raken. Kortom wij hebben in deze bijzondere periode dit waardevolle mensenleven met alle vrijheden en mogelijkheden die daarmee samenhangen. Nu zouden we kunnen denken dat het niet zo bijzonder is als mens te leven. Hierover werd eens een Lama tijdens een uitleg over het waardevolle mensenleven aangesproken door een toehoorder die zei: "Nu zit u er toch wel helemaal naast. Het waardevolle mensenleven is helemaal niet zo moeilijk te verwerven, want kijk maar eens naar China, daar worden steeds meer mensen geboren". Maar de Lama sprak: "Dat mogen dan wel mensen zijn, maar zij hebben niet het waardevolle mensenleven. Zij hebben niet de vrijheden en mogelijkheden die noodzakelijk zijn voor een succesvolle gestuurde evolutie".

Het is belangrijk de presentaties van het boeddhisme altijd op jezelf te betrekken en ze niet te beschouwen als een methode om wetenschappelijke observaties van anderen te plegen. Het boeddhisme gaat niet over het plegen van observaties over anderen. Het gaat over jezelf. Het heeft immers weinig zin je in de bankrekening van andere mensen te verdiepen, omdat je daar zelf toch niets mee kunt kopen. Het boeddhisme gaat ook niet over het aansteken van de lamp in allerlei huizen van allerlei andere mensen, maar over het aansteken van de lamp in je eigen huis, leren kijken naar hetgeen je zelf in huis hebt om je spirituele carrière te vervolgen, dan wel aan te vangen. Dus met betrekking tot de presentatie van het waardevolle mensenleven heeft het weinig zin ons te verdiepen in wat de toestand van de massa is. De presentatie is bedoeld om te onderzoeken wat onze eigen mogelijkheden zijn en daaruit kracht te putten om door te zetten. Zoals sommige Khadampa Lama's zeggen: "Het is niet zo interessant wat er in de grote ketel zit, maar wat je op je eigen bordje krijgt".

Hoewel we nu in deze fortuinlijke situatie verkeren bevinden we ons natuurlijk in een andere tijd dan 2500 jaar geleden en in een andere tijd dan tot voor kort de meeste Tibetanen. Het wordt dan ook van jullie als Westerlingen niet verwacht een heel leven in retraite door te brengen, maar in de lijn van de gedachte van Zijne Heiligheid de Dalai Lama die zich hierover regelmatig uitspreekt zou het verstandig zijn een soort fifty/fifty balans te creëren in onze wereldse en spirituele activiteiten. Van de mensen in het Westen wordt niet meer verwacht dat ze net zo fanatiek zijn in de Dharma beoefening

als de beroemde Khadampa Geshe's.

De bijzondere inzichten, zoals vergankelijkheid, de verlichtingsgeest en de wijsheid van zelfloosheid zijn geen dingen uit een sprookjesboek, die alleen over andere mensen gaan. Het zijn inzichten die ieder van ons kan ontwikkelen. Er zijn heden ten dagen nog talloze levende voorbeelden van mensen die tot diep inzicht zijn gekomen en grote verworvenheden hebben ontwikkeld, zoals de leraar Gen Nyima die ook steeds voorop stelt dat al die verschillende onderdelen die in de 'Lam Rim' - het Overzicht van de stadia van het pad naar de verlichting - worden gepresenteerd er niet zijn om je er intellectueel mee bezig te houden, maar dat ze bedoeld zijn als instructies om je kwaliteiten en inzichten eigen te maken. Het zijn instructies voor de stadia van innerlijke evolutie, van persoonlijke ontwikkeling. Deze Gen Nyima heeft zelf ook krachtige verworvenheden, zoals helderziendheid en de kracht om gedachten te lezen en dergelijke en vooral uit de mond van zo iemand komt het natuurlijk extra overtuigend over als wij erop worden gewezen dat het hier niet om sprookjes gaat, maar om dingen die we allemaal in ons hebben, als we ze maar ontwikkelen. Het mens-zijn is iets heel bijzonders. Als mens staan we hoger dan de dieren en in feite moeten we dan ook proberen ons van de dieren te onderscheiden. Eten verzamelen en een woning bouwen, onderling ruzie maken en vechten kunnen alle dieren, daar is helemaal niets moeilijks aan. Er zijn prachtige documentaires over het dierenleven op televisie en jullie weten daar dan ook waarschijnlijk veel meer van dan ik. Het gaat erom te beseffen dat mensen meer in zich hebben, meer kunnen en dus eigenlijk ook meer zouden moeten ondernemen dan dieren, door ons te richten op een volgend leven en de oorzaken te creëren voor een gunstig, een fortuinlijk volgend leven. Om die richting in ons leven kracht bij te zetten volgen we de boeddhistische leer die bestaat uit het onderricht van het Bescheiden Voertuig bedoeld voor mensen die voornamelijk aan hun eigen spirituele carrière willen werken zonder zich al te veel zorgen te maken over de andere wezens en het onderricht van het Grote Voertuig voor mensen die zich doorlopend zorgen maken over alle andere wezens. Kortom welk van de twee voertuigen we ook kiezen het gaat erom dat we ontwikkelen tot een hoger niveau. Het belangrijkste voor een Dharma-beoefenaar is anderen niet te schaden, anderen niet te benadelen. Het kan daarbij helpen ons steeds voor ogen te houden dat de anderen net zo zijn als wij, dat ze dezelfde soort dingen plezierig vinden, dezelfde soort dingen vervelend vinden. Vanuit dit inzicht kunnen we besluiten de ander geen schade meer te berokkenen, maar juist zoveel mogelijk te helpen. Dit is in feite de kern, de essentie van de leer van de Boeddha. En hier wilde ik het wat mijn Dharma betoog betreft vandaag in deze inleiding en eerste kennismaking bij laten.

Vertaling en bewerking Hans van den Bogaert.
Transcript Koosje van de Kolk.

ASANGA

DIT IS HET TWEEDE ARTIKEL IN EEN SERIE OVER DE GROTE INDIASE MEESTERS DIE VAN ONSCHATBARE WAARDE ZIJN GEWEEST VOOR DE ONTWIKKELING EN BLOEI VAN HET BOEDDHISME IN INDIA. DE COMMENTAREN VAN DEZE INDIASE WIJSGEREN VORMEN NOG STEEDS EEN BELANGRIJK ONDERDEEL VAN DE STUDIE IN DE TIBETAANSE KLOOSTER UNIVERSITEITEN. BOVENDIEN STREKT HET LEVEN VAN DEZE GROOTHEDEN EEN OPRECHTE BOEDDHIST TOT VOORBEELD.

De geboorte- en sterfdatum van Asanga zijn niet beter bekend dan die van Nagarjuna, hoewel hij volgens de overlevering leefde in de periode tussen 300 tot 450 na Christus. Volgens de legende was zijn moeder een boeddhistische non die wanhopig was over de toestand waarin het boeddhisme in het toenmalige India verkeerde en besloot haar kloostergelofte terug te geven om zonen te baren die de krachten van het boeddhisme zouden hernieuwen. Als eerste bracht zij met een krijgsman als vader, Asanga ter wereld; daarna met een Brahmaan, Vasubandhu; en met een koopman, een zoon genaamd Virinchavatsa.

Asanga was eerst lid van de Vatsiputriya tak van de Sarvastivada school en werd een grote leraar van het Bescheiden Voertuig. Toen hij hoorde van de leer van het Grote Voertuig kreeg hij belangstelling voor het onderricht in groot mededogen en transcendente wijsheid. Hij herkende erin de reddende leer die het Indiase boeddhisme tot grote luister kon brengen. Hij ontving een initiatie in de Mayajala Tantra en stelde zich toen ten doel te contempleren over het grote mededogen, waarbij hij de mystieke hulp van de Arya bodhisattva Maitreyanatha trachtte te verwerven. Omdat de leer van Sakyamoeni Boeddha door het hele land zo slecht begrepen en beoefend werd, zo redeneerde hij, moest de toekomstige Boeddha, die naar men geloofde in het zuivere land Tushita verbleef, verzocht worden alvast een bezoek aan de planeet te brengen om de Dharma nieuw leven in te blazen.

Maitreya

Nadat hij zijn klooster in Takshila, in de buurt van het huidige Peshawar, had verlaten, mediteerde Asanga twaalf lange jaren op mededogen en op de aanroeping van de bodhisattva Maitreya. Gefrustreerd door mislukking gaf hij tenslotte zijn pogingen op. Zijn geloof en gevoel van eigenwaarde lagen totaal in duigen en hij verliet gebroken zijn grot. Bij de eerste stad aangekomen, zag hij een oude hond die vreselijk leed door een etterende wond aan haar achterlijf. Hij werd gegrepen door spontaan mededogen en besloot te proberen tenminste dit ene lijdende wezen te helpen. Indien hij, al was het maar tijdelijk geluk aan een ander wezen kon brengen, zou zijn leven misschien nog enig nut hebben. Toen hij zich bukte om haar wond schoon te maken, merkte hij dat het in haar vlees al krioelde van de maden en hij de hond niet kon helpen zonder de maden schade te berokkenen. Na enig nadenken pakte hij een puntige scherf, sneed een stuk vlees van zijn eigen magere dij, die ingevallen was door zijn lange ascetische leefwijze en legde het vlees naast de hond op de grond. Hij besloot de maden stuk voor stuk op te pakken en ze op het verse vlees te zetten. Omdat hij ze niet met zijn vingers kon pakken zonder ze te kwetsen, stak hij zijn tong uit om ze eraf te likken. Toen hij dichtbij de stinkende hond kwam, voelde hij zich door walging overmand en met zijn ogen dichtgeknepen moest hij zich ertoe dwingen door te gaan. Plotseling was er een soort electronische explosie vlak voor zijn gezicht en toen hij van schrik zijn ogen opendeed, zag hij de bodhisattva Maitreya voor zich staan, stralend en omgeven door een aura in alle kleuren van de regenboog. Overmand door geloof en diepe vreugde boog hij vele malen neer aan de voeten van de bodhisattva. Tenslotte hervond hij zijn kalmte en waagde hij het Maitreya te vragen waarom deze pas na zo'n lange tijd reageerde. Maitreya antwoordde dat hij de hele tijd vlak bij hem geweest was, maar omdat Asanga zelf hardnekkig had vastgehouden aan zijn zelfkoesterende houding en nog geen groot mededogen had ontwikkeld, had hij hem niet kunnen zien. Tenslotte is Maitreya de incarnatie van liefde (maitri) en alleen degenen met groot mededogen kunnen liefde zien, zelfs als hij vlak voor hen is. Asanga was niet overtuigd door deze verklaring, dus kromp Maitreya ineen tot een kleine bol van licht en stond Asanga toe hem door de stad te dragen om hem aan de bevolking te laten zien. Zonder acht te slaan op zijn magere uiterlijk en zelfs op zijn verminkte dij-

Asanga

Chating Jmyang Lama

been, deed Asanga wat hem was gezegd en rende vol vreugde door de stad terwijl hij uitriep dat de toekomstige Boeddha gekomen was. De inwoners van de stad keken verbaasd naar wat zij zagen als een krankzinnige yogi uit een grot, bloedend en in lompen gehuld, die rondrende met een verachtelijke, zieke hond op zijn schouder en iets riep over de toekomstige Boeddha. Tenslotte joegen ze hem de stad uit.
De bodhisattva gebruikte echter zijn bovennatuurlijke kracht om Asanga met zich mee te nemen naar het zuivere land Tushita, waar hij hem in de leringen van het Grote Voertuig onderrichtte. Hij ontving daar, in de andere tijdrekening van dat zuivere land, vijf belangrijke teksten die later bekend werden als de 'Vijf Leringen van Maitreya'/ 'Five Teachings of Maitrya': het 'Sieraad van Realisaties'/ 'Ornament of Realizations' (Abhisamayalamkara), het 'Sieraad van de Grote Voertuig Soetra's'/ 'Ornament of the Great Vehicle Scriptures' (Mahayanasutralamkara), de 'Analyse van het Juwelen Moedergesteente'/ 'Analysis of the Jewel Matrix"/ (Ratnagotravibhaga), het 'Onderscheid tussen Middelpunt en Uitersten'/ 'Discrimination between Center and Extremes (Madhyantavibhaga), en het 'Onderscheid tussen Fenomeen en Noumen'/ 'Discrimination between Phenomenon and Noumenon' (Dharmadharmatavibhanga). Asanga bracht deze vijf boeken mee terug naar de aarde en bouwde een nieuw klooster bij het heilige woud Veluvana, in Magadha. Er vormde zich rond hem een kring om de nieuwe synthese van het Grote Voertuig te leren.

Aanvankelijk was hij niet in staat enkele van de moeilijkere doctrines van het nieuwe idealistische stelsel van Maitreyanatha volledig uit te leggen. Hij overreedde de bodhisattva in eigen persoon neer te dalen in de grote hal van het klooster, waar de bodhisattva, onzichtbaar voor iedereen behalve voor Asanga, rechtstreeks zijn eigen leringen zou onderwijzen. Later schreef Asanga een samenvatting van de nieuwe leringen, een indrukwekkende en veelomvattende synthese van de boeddhistische doctrines en beoefeningen, die bekend is als 'De Stadia van de Yoga Beoefening'/ 'The Stages of Yoga Practice' (Yogacarabhumi), en ook vijf analytische commentaren op dat werk. Tegen het eind van zijn leven schreef Asanga een commentaar op het 'Juwelen Moedergesteente'/ 'Jewel Matrix' dat zijn eigen centristische standpunt bevestigde, volgens de Tibetaanse traditie, omdat zijn uitwerking van het idealistische stelsel in termen van de behoeftes van de leerlingen in die tijd geweest was en niet werkelijk een uitdrukking van zijn eigen uiteindelijke inzicht.

In de tijd van Asanga had de leer van Nagarjuna zich ongeveer tweehonderd jaar lang door India verspreid. De Abhidharma-leer van het Bescheiden Voertuig werd in brede kring bestudeerd en beoefend. De Kushan dynastieën hadden hun tijd gehad, hun macht was afgenomen en het vacuüm was nog niet gevuld door de, Guptas, die pas tegen het einde van de vierde eeuw aan de macht zouden komen. Het was een tijd

van onzekerheid en creativiteit in de Indiase beschaving en een denker met vooruitziende blik zou een opleving van Indiaas nationalistisch gevoel hebben kunnen voorzien en het boeddhistische gedachtengoed zo hebben willen formuleren dat het zijn plaats dichtbij het middelpunt van de ko-mende 'klassieke' beschaving kon innemen. De belangrijkste vormen van het boeddhistisch denken die toen beschikbaar waren, waren niet geschikt om die functie te vervullen. Het kloosterleven van het Bescheiden Voertuig met zijn verfijnde psychologische scholastiek en het kritische denken van de Middenweg met zijn vlijmscherpe dialectiek, waren beide te ver verwijderd van de behoeftes van de opkomende middenklassen omdat ze te weinig uitgesproken de nadruk legden op sociale filosofie, weinig devotie of rituelen kenden om de massa's te boeien en afgezien van kritische oppositie, weinig banden met de Brahmaanse cultuur hadden. De soetra's van het Grote Voertuig waren nog goed genesteld in de volksverbeelding van de zuidelijke koninkrijken die de welvaart en vrede genoten die ze geërfd hadden van de Shatavahanadynastie

Nagarjuna

die Nagarjuna had gesteund.

Maar op het intellectuele vlak was de filosofie van Nagarjuna te duister en moeilijk voor veel ontwikkelde denkers uit de middenklasse, met zijn nietsontziende centrale leerstelling van de leegte, die te gemakkelijk verward werd met een nihilisme dat volledige terugtrekking uit sociale vraagstukken toestond. Kortom, er was behoefte aan een nieuwe synthese van Brahmaanse cultuur en de geschriften van het Grote Voertuig, een synthese die het boeddhisme toegankelijk kon maken als een religie voor leken, met filosofische aantrekkingskracht voor de ontwikkelde elite. Er werd niet afgeweken van de geest van Nagarjuna's eigen doorbraken in epistemologie en metafysica of zijn praktische systematische indeling van de schat aan geschriften die hij ontdekte. Het was meer een kwestie van accentverschuiving van het diepzinnige aspect, het onderricht van de uiteindelijke werkelijkheid, naar het grootse aspect, de uitwerking van de verreikende daden van de bodhisattva beoefeningen, met inbegrip van het grootse panorama van activiteiten van de Arya bodhisattva's in de verre boeddhalanden in de verschillende universa van het multiversum. Dit was Asanga's opdracht en het was bij de uitvoering van deze opdracht dat hij de bovennatuurlijke hulp van de bodhisattva Maitryanatha ontving.

De nieuwe filosofie verhoudt zich ongeveer tot het stelsel van Nagarjuna als Hegel zich verhoudt tot Kant, om een analogie te geven die het begrijpelijk zal maken voor moderne denkers (maar met in het achterhoofd dat het maar een analogie is). Kants grote zwaard van de kritische rede begon het weghakken van de verwarringen van zowel de eternalistische rationalisten als de nihilistische sceptici van zijn tijd, en liet de krachten van de kritische rede vrij die nodig waren voor de taak om het ware transcendentale van het transcendente te erkennen, en daardoor het gebied van de prak-

Asanga

tische rede vrij te maken voor echt empirisch onderzoek. Op deze ondergrond bouwde Hegel een meer positief filosofisch stelsel dat het transcendentale weer invoerde in de werkingen van het relatieve, maar niet langer op een mechanistische of naïeve manier. De grootheid van Kant lag in zijn krachtige poging om vrij te zijn van zowel rationalistische zelfvoldaanheid als sceptische wanhoop. Die van Hegel lag in zijn moedige onderzoek van de mogelijkheden om die vrijheid weer te investeren in uitzicht op harmonische structuren van het leven, de maatschappij en de geschiedenis.

Op vergelijkbare wijze bracht Nagarjuna, nadat hij de geschriften van het Grote Voertuig ontdekt had waarin transcendente vrijheid en immanente betrokkenheid uitdrukkelijk door de Boeddha werden genoemd, de zeer diepzinnige leer in verband met de doctrines van de Abhidharma-aanhangers. In hun rigide scholastiek hadden zij het absolute in een aantal categorieën verbannen, weg van de ruimte, ergens 'voorbij' de vormloze gebieden van meditatieve absorptie. Nagarjuna deed dit rationalistisch dualisme op rechtvaardige wijze ontploffen door er zijn 'kritiek van de zuivere rede' op los te laten, die het absolute niet langer tot een 'ding' maakte en het zijn plaats teruggaf als de stof zelf

waarvan de onvermijdelijke relativiteit van de conventionele wereld gemaakt is. Zijn filosofische gereedschap par excellence kwam uit de geschriften van het Grote Voertuig, met name de doctrine van de twee realiteiten (satyadvaya), de absolute en de conventionele, of de uiteindelijke en de oppervlakkige. Deze twee zijn alleen aan de oppervlakte tegengesteld; uiteindelijk zijn ze hetzelfde. Het absolute wordt gelijkgesteld met transcendente wijsheid (prajnaparamita) en het oppervlakkige met groot mededogen (mahakaruna). Zo kwam het grondigste transcendentalisme, in plaats van de relatieve wereld van zijn waarde te beroven, naar voren om de relatieve verbondenheid met het grote mededogen te versterken in zijn streven alle levende wezens te helpen en de wereld te veranderen in een zuiver land van verlichting.

De moeilijkheid met deze lering voor Asanga's doeleinden was dat het tweesnijdende zwaard zo verwoestend door alle pretenties van de aan concepties gebonden geest heen sneed, dat minder grote geesten bleven zitten met het gevoel dat ze geen vaste grond meer onder de voeten hadden. Het standpunt van de "Transcendente Wijsheid Soetra" zelf was inderdaad dat de grond van de bodhisattva het ontbreken van grond is.
Om een stevig steunpunt te verschaffen bedacht Asanga een systeem van textuele termenetiek dat een onzekerder standpunt kon verzoenen met de basistekst in de soetra. Hij ontdekte de sleutel die hij nodig had in de 'Soetra over de toelichting van de intentie' met de theorie van de 'Drie Dharmawielen' en de 'Drie Realiteiten'. Dit stelde hem in staat de vaste grond te verschaffen die de mensen volgens hem nodig hadden, en die vaste grond localiseerde hij in de geest.
De leer van de 'Drie Dharmawielen' was een manier om de nieuwe doctrine uit te werken en toch trouw te blijven aan de 'Transcendente Wijsheid Soetra', de Moeder van alle Boeddha's. "Aldus", zo sprak Boeddha Sakyamoeni in de 'Soetra van de toelichting van de intentie', "ging de Boeddha in het eerste draaien van het Dharmawiel, het Wiel van de Vier Edele Waarheden' zonder meer uit van de schijnbare realiteit van 'samsara' en 'nirvana'.
In het tweede Dharmawiel onderwees hij de transcendente wijsheid en benadrukte hij de universele leegte van alle dingen, teneinde de gehechtheid van de leerlingen aan het bestaan op te heffen en hij liet hen kennismaken met het uiteindelijk niet concrete bestaan.

Lama Tsong Khapa

Tenslotte onderwees hij in het derde Dharmawiel het bestaan van sommige dingen en het niet concreet bestaan van andere dingen, voor de leerlingen met een scherp onderscheidingsvermogen. Dit derde Dharmawiel presenteerde de theorie van de Drie Realiteiten, als een verfijning van de basale theorie van de twee realiteiten uit het tweede Dharmawiel, door een centrale 'relatieve realiteit' toe te voegen, die als grondslag diende voor zowel het uiteindelijke als het oppervlakkige.

Lama Tsong Khapa werkt dit volledig uit in het begin van zijn 'Essentie van Voortreffelijke Verklaringen' (lekshé nyingpo).
Maitreyanatha en Asanga benadrukten de paden van de bodhisattva, de schitterende daden van groot mededogen en universele liefde die het universum bewegen en voelende wezens in de loop van hun evolutie vervolmaken. Daardoor verschaften zij de religieuze basis waarop het Grote Voertuig (Mahayana) toegankelijk werd voor de opkomende 'klassieke beschaving' van India, de beschaving die tot volle bloei kwam in de Gupta periode met zijn grote kunstenaars, dichters, toneelschrijvers en religieuze en filosofische genieën.

Net zoals Augustinus van Hippo een nieuw wereldbeeld smeedde uit de klassieke Grieks-Romeinse beschaving en de Christelijke spirituele visie (ongeveer in dezelfde tijd), zo volgde Asanga de inspiratie van Maitreyanatha en maakte het Grote Voertuig literair, filosofisch en religieus beschikbaar voor de klassieke Indiase beschaving, door de boeddhistische leer uit de bijzondere sfeer van de kloosters waarin zij sedert haar oorsprong had bestaan, naar buiten te brengen, middenin de maatschappelijke ontwikkelingen.

Dus brengt Lama Tsong Khapa hulde aan de twee grote helden (Nagarjuna en Asanga) in de strijd van de mensheid tegen onjuiste zienswijzen en bedankt hij hen dat zij ervoor hebben gezorgd dat het licht van de leer van de Boeddha nog steeds helder schijnt in de geest van bedachtzame mensen.

Uit: The Speech of Gold, door Prof. Robert Thurman
Vertaling: Marijke Drost.

DANKWOORD VAN GESHE SONAM GYALTSEN AAN ALLE VRIJWILLIGERS EN ANDERE MEDEWERKERS VAN HET MAITREYA INSTITUUT

Ik wilde nog een paar andere dingen zeggen dan mijn Dharma verhaal vandaag. Ik ben hier nu aangekomen bij het Maitreya Instituut, een studie- en meditatie centrum dat tot stand is gekomen door de inspiratie van Lama Thubten Zopa Rinpochee en Lama Yeshe Rinpochee en de inspanning van een groot aantal mensen. Dit centrum is hier in Nederland opgericht en vervolgens gegroeid door de gezamelijke inspanning van een heleboel mensen. Sommige mensen wonen en werken nog steeds in het Maitreya instituut, anderen zijn al naar elders vertrokken, maar er is hoe dan ook iets aan het groeien dat alleen maar kan groeien door de gezamelijke inspanning van een heleboel mensen. Er is samenwerking nodig voor zoiets als dit, dat heeft het verleden bewezen.

Met betrekking tot de toekomst zal het wat dat betreft niet veranderen. Dit centrum kan onmogelijk gedragen worden door enkele personen. Dit centrum is een onderling afhankelijk ontstaan, waarin jullie allemaal en nog veel meer anderen betrokken zijn. Wanneer we allemaal intensief samenwerken zal het met dit centrum ook beter gaan, dan zal het verder kunnen ontwikkelen en groeien. Daarbij is het ook belangrijk in de gaten te houden, dat we geen missiepost zijn om alle mensen het boeddhisme aan te praten, want het is niet nodig dat mensen met een andere voorkeur zouden veranderen en boeddhist zouden worden, net zomin als het nodig is dat mensen die van rijst

houden, momo's zouden gaan eten of omgekeerd. Ik denk dat het belangrijk is misverstanden te voorkomen en daarom spreek ik dit uit. Het onderwijzen van de boeddhistische leer gebeurt voor die mensen, die er vanuit zichzelf belangstelling voor hebben, die zelf wat willen weten, wat willen horen en zich met behulp daarvan verder willen ontwikkelen. In Duitsland, waar ik een paar keer onderricht heb gegeven, waren sommige mensen wel eens bang dat ik probeerde mensen boeddhist te maken. Nou, zo werkt het niet. Het is überhaubt niet mogelijk alle mensen tot één religie te bekeren of een religie op te leggen. Net zo min als het mogelijk is alle mensen te dwingen rijst te eten.

Mijn doel tijdens mijn verblijf hier in Nederland zal dan ook geenszins zijn, boeddhisten te maken of mensen naar het boeddhisme over te halen. Mijn verblijf hier zal een dienstverlenende functie krijgen, in die zin, dat ik de mensen die hulp zoeken, wil helpen, dat ik de mensen die iets willen leren, wil onderwijzen.

In het algemeen wil ik de mensen helpen die vertrouwen hebben in de boeddhistische leer. Dit helpen kan uiteenlopen van het geven van specifiek of algemeen onderricht, tot en met het uitvoeren van gebedsdiensten voor hen die ziek zijn en moeilijk beter kunnen worden. Kortom, mijn functie zal een dienstverlenende zijn en ik hoop in de uitvoering van mijn functie te worden gesteund door jullie allemaal, zodat dit centrum echt kan blijven groeien.

Nogmaals, dit is een onderling afhankelijk ontstaan, waarin een heleboel medewerkers nodig zijn. Ik wil dan ook iedereen bedanken die dit centrum ondersteunt, die eraan meewerkt of organiseert of die financieel sponsort of financieel steunt. Het steunen van een centrum zoals dit is bijzonder fortuinlijk, is bijzonder belangrijk. De grote Tibetaanse yogi Milarepa zei dat degene die constant onafgebroken in de bergen mediteert en degene die in de wereld werkt en de mediteerder materieel ondersteunt een zeer sterke karmische band hebben. Milarepa gaf dit aan in de vorm van een soort gebed: "Mogen zij tegelijkertijd het boeddhaschap bereiken".

Een soortgelijk gebeuren is ook in het Maitreya instituut ontstaan. Er zijn mensen die intensiever studeren, er zijn mensen die wat meer op een afstand blijven, maar financieel of op andere wijze hun steun bijdragen en er is tussen al die verschillende mensen een hele sterke karmische band. Met zijn allen zijn we op weg naar het hoogste niveau van evolutie en ik zou dan ook heel blij zijn als we er met zijn allen in kunnen slagen de komende jaren nog een stuk verder te komen op weg naar het hoogste niveau van de evolutie en er op zijn minst voor zorg dragen dat hetgeen al bereikt is niet verzwakt.

Ik wil speciaal ook de vrijwilligers bedanken die niet in het centrum zelf wonen, maar die steeds van buitenaf hier naar toe komen om te helpen met schoonmaken, herstelwerkzaamheden, schilderwerk, kortom met het onderhoud en de verbetering van de gebouwen en dergelijke, want het is juist de bijdrage en de steun van de mensen die niet in het centrum wonen, die heel belangrijk zal blijken te zijn. Als er van jullie kant voldoende steun is zal dat enorm bijdragen aan de groei van het centrum. Al bestaat je bijdrage maar uit schoonmaak-werkzaamheden, die zijn geenszins onbelangrijk.

In India heb ik eens op t.v. een documentaire gezien, waarin een boeddhist werd opgevoerd die dan ook nog een zogenaamd tantrica was. Hij zag er erg smerig uit, een beetje een zielige vertoning, een zielig mannetje helemaal zwart, onder het stof met een paar stoffige leerlingen om hem heen en er werd gezegd: "Kijk dat zijn nou boeddhisten, die zijn niet schoon, die zijn vies". Op die manier werd ook nog een beetje met de boeddhistsiche tantra de draak gestoken. Ik ben dan ook blij met mijn aankomst hier al te zien, dat er een massale schoonmaakactie werd gehouden waarbij de gebouwen werden schoongemaakt en geschilderd en dergelijke. Ik denk dat het, afgezien van het feit dat het er leuker uitziet, ook een diepzinnig effect zal hebben, want het schoonmaken en het mooi maken van de omgeving zal de geestenwereld behagen en de wezens die wij kar-chog-kyi-lha of de positieve Deva's noemen. De geesten en de goden die goedwillend zijn, kunnen enorm veel ongeziene deuren openen en dat maakt me extra blij met de inspanning van de vele vrijwilligers. Alle vrijwilligers dus, bedankt!

Geshe Sonam Gyaltsen.
Vertaling: Hans van den Bogaert.
Transcript: Koosje van de Kolk.

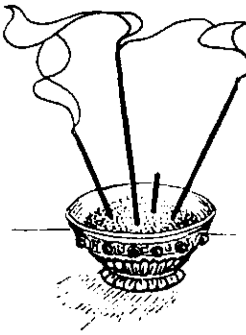
BEDANKT EX-BEWONERS!!!

Na bovenstaande dankwoorden van Geshe Sonam Gyaltsen wil ik heel in het bijzonder mijn waardering en dank uiten aan de vaste bewoners die dit jaar ons centrum hebben verlaten, voor hun jarenlange belangeloze inzet voor het centrum. Ik doe dit niet alleen namens het bestuur, maar ook namens de andere vaste bewoners en de vele studenten. De persoonlijke verantwoordelijkheid die jullie op je namen heeft ertoe bijgedragen dat het centrum een goedverzorgde en mooie omgeving is geworden met een goede atmosfeer, waar mensen op een ontspannen manier contact kunnen maken met een spirituele leraar, een spiritueel pad en spirituele vrienden. Jan Bijman, Hans, Alex, Edward en Lucienne, Floris, Erik en Jolanthe het ga jullie goed. Moge je weg er een zijn van verdieping en verrijking.

Margot Kool-Stumpel

TIBETAANSE MEDICINALE WIEROOK

EXCLUSIEVE DISTRIBUTIE



Maitreya Instituut

HEEMHOEVEWEG 2
8166 HA, EMST
TEL.: 05787-1450, FAX: 1851

KERSTBOMEN MET KLUIT WELKOM OP TERREIN MAITREYA INSTITUUT

Met hulp van vrijwilligers onderhouden wij de zeven ha. gemengd bos van het studie- en meditatiecentrum. Als nieuwe aanplant of ter vervanging van dode en zieke bomen kan uw kerstboom met kluit een nuttige bijdrage leveren aan het behoud van het mooie bos op de Veluwe. Belt u ons even wanneer wij uw feestboom bij ons mogen ontvangen? Bij voorbaat bedankt.

Maitreya Instituut

VRAAG ONZE

CATALOGUS MET O.A.

- BOEKEN, MEER DAN 500 TITELS
- RITUELE VOORWERPEN
- BEELDEN
- KAARTEN
- ART PRINTS

HEEMHOEVEWEG 2, 8166 HA, EMST
TEL.(05787)-1450, FAX: 1851

WAAROM UW HULP ONONTBEERLIJK IS

Zoals gebruikelijk vraagt de penningmeester in het laatste magazine van het jaar uw aandacht voor de financiële situatie van het Maitreya Instituut en voor de kortingsregels die volgend jaar zullen gelden.

In 1992 onderging het instituut een aantal ingrijpende veranderingen. Ten eerste verlieten de vaste bewoners Hans, Alex, Jan, Jolanthe, Lucienne en Edward, Floris en Erik ons centrum om wegens persoonlijke redenen elders te gaan wonen en werken. Wij verloren hiermee niet alleen een aantal zeer gewaardeerde medewerkers, maar missen hierdoor ook een behoorlijk stuk dekking van de kosten in de vorm van huurinkomsten. De tweede tegenvaller vormde dit jaar de vernieuwing van de dakbedekking van het cursusgebouw. Tenslotte kwam de belastingdienst met een forse BTW-aanslag.

De belangrijkste verandering vormde natuurlijk de komst van Geshe Sonam Gyaltsen. Onder zijn inspirerende leiding start het instituut eind januari 1993 met een uitgebreid studieprogramma. Dit programma biedt de mogelijkheid om binnen drie jaar acht verschillende studie-onderdelen te volgen, die met een retraite en een certificaat kunnen worden afgesloten. Een groot aantal bezoekers van ons centrum heeft hiervoor reeds belangstelling getoond. U zult bij dit tijdschrift een brochure van dit programma aantreffen. Om de continuïteit van het instituut te kunnen waarborgen besloot het bestuur van de stichting een tweetal vaste medewerkers vanaf september 1992 in loondienst te nemen.

De financiële tegenvallers willen wij volgend jaar compenseren door een aantal maatregelen. Zo verhuurt het instituut vanaf heden haar cursusgebouwen aan derden. Er wordt een beroep gedaan op vrijwilligers. Bovendien optimaliseren we de activiteiten van de winkel, groothandel en uitgeverij. We gaan efficiënter werken en er wordt gezocht naar manieren om de omzet verder te vergroten.

Tenslotte vraag ik uw speciale aandacht voor de Geshe Actie en de andere vormen van donateurschap waarmee u onze stichting kunt steunen.

Het Maitreya Instituut dankt degenen die in 1992 de Geshe Actie steunden. Bij deze verzoek ik hen en alle nieuwe- en oude studenten vooral deel te nemen aan de Geshe Actie in 1993. Uw steun is hard nodig om de financiën voor de voortzetting van het Dharmawerk van het Maitreya Instituut te waarborgen. U kunt natuurlijk ook f 300,- donateur worden of deelnemen aan het leenfonds.

De penningmeester.
Jan-Paul Kool

DOELSTELLING STICHTING MAITREYA INSTITUUT

De stichting stelt zich tot doel: Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, voornamelijk in de vorm waarin het in Tibet heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

De stichting tracht dat doel te bereiken door het aantrekken en ondersteunen van leerkrachten die bevoegd zijn het boeddhisme of andere aan Tibet verwante onderwerpen te onderrichten zoals: kunst, metafysica, taal, dans en muziek, astrologie en geneeskunde. Door het uitgeven van boeken en tijdschriften. Het oprichten van centra, scholen, bibliotheken en studiegroepen. Het organiseren van bijeenkomsten, cursussen en studiereizen. Boeken over het boeddhisme beschikbaar te stellen of verkopen. Alle wettige en deugdelijke middelen. De inkomsten bestaan uit: contributies, giften of

VERHUUR
CURSUSCOMPLEX
OP DE VELUWE
ZEER GESCHIKT VOOR WEEKENDEN
MET GROEPEN VAN 25-60 PERSONEN
INFO / FOLDER:
Maitreya Instituut
TEL.: 05787-1450, FAX: 1851

bijdragen van donateurs, verhuur, cursusgelden, schenkingen, erfstellingen en legaten, inkomsten uit verkoop van boeken, het Maitreya Magazine etc.

GESHE ACTIE DONATEUR 1993

In 1992 verblijdde Geshe Sonam Gyaltsen het Maitreya Instituut met zijn komst. Hij blijkt over kwaliteiten te beschikken die hem bijzonder geschikt maken voor spirituele training. De, onder zijn leiding georganiseerde weekenden en avonden, vormden dan ook een succes, zowel in Emst als elders in het land. Ook in 1993 zal Geshela een uitgebreid programma onderwijzen in Emst en op vele plaatsen in het land. Daarnaast geeft hij leiding aan het driejarig studieprogramma. Dit gaat in januari reeds van start.

Evenals voorgaande jaren biedt het M.I. de trainingen aan tegen kostprijs; u betaalt alleen de kosten van logies en de maaltijden. Voor lezingen in het land komen daar de kosten van vervoer en de zaalhuur bij. De studenten van het M.I. bekostigden tot nu toe zoveel mogelijk het verblijf van Geshela en de kosten van de vertalers door middel van donaties. Ook in 1993 willen wij op deze manier in hun levensonderhoud voorzien. We roepen dan ook alle deelnemers van de Geshe Actie op ook in 1993 donateur te blijven. Vooral de nieuwe studenten wijs ik op de mogelijkheid hun bijdrage van minimaal f 10,- per maand te kunnen leveren aan de ondersteuning van Geshela en zijn vertaler.
Het M.I. stelt hier een korting van 10% op alle cursussen tegenover. Deze korting geldt overigens niet voor het drie jarig studie-programma. Zoals eerder genoemd zijn uw donaties bestemd voor de maandelijkse kosten van levensonderhoud. Daarom ontvangen wij uw donatie bij voorkeur maandelijks op onze postbankrekening 43.05.057 of ING Bank 65.85.11.548. Bij uw bank of postbank kunt u overigens kosteloos gebruik maken van een automatische overschrijving. Machtigingskaarten daartoe haalt u af bij ieder bank- of postkantoor. Vermeldt U dan wel op uw machtiging: ***'Geshe Actie"***. Een verslag van de resultaten van de Geshe Actie 1992 kunt u vinden in of bij het Maitreya Magazine van maart 1993.

DONATEURS

Wij zijn ook heel blij met de verschillende donateurs die een eenmalige donatie doen of die een legaat of erfstelling vastleggen. Donaties aan het Maitreya Instituut waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is wel dat het totaal van door u gedane donaties aan instellingen (zoals b.v. Het Rode Kruis) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedragen.

F 25,- OF F 37,50 MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1993

Deelnemers aan cursussen worden geacht lid/ abonnee te zijn van het Maitreya Magazine à f 25,- per jaar. Voor een gezinslidmaatschap is dat f 37,50 (met recht van deelname aan cursussen door alle gezinsleden). Voor abonnees buiten Nederland, maar binnen Europa f 35,- en voor de Overige Landen (per luchtpost) f 50,- per jaar.

F 100,- MAITREYA MAGAZINE & FPMT LID 1993

U kunt uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut en de internationale FPMT (Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition) waarvan het deel uitmaakt, laten blijken door f 100,- Lid/Abonnee FPMT te worden. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en vier Engelstalige nieuwsbrieven thuisgestuurd.

U kunt gebruik maken van de bijgesloten acceptgirokaart voor het abonnement van MM voor 1993, door het bedrag te veranderen in f 100,- voor Nederland, f 110,- voor Europa en f 125,- voor de Overige Landen. Voor een gezinsabonnement wordt dit bedrag nog f 12,50 hoger. U kunt ook zelf een overschrijving doen van het bedrag wat voor u van toepassing is. ***Vermeldt in de rechterbovenhoek: MM+FPMT 93 (en of u gezinsabonnee bent).***

F 300,- KORTING DONATEUR MM ABONNEE & FPMT LID 1993

Een andere goede manier om uw Maitreya Instituut te ondersteunen is om f 300,- KORTING DONATEUR 1993 te worden voor f 25,- per maand. Hiervoor worden alleen ***automatische overboekingen*** geaccepteerd op onze postbank rekening 46.51.510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. (automatische machtiging verkrijgbaar op het postkantoor of bij uw bank). U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine, 2x per jaar het Engelstalige blad ***Mandala*** en vier Engelstalige nieuwsbrieven thuisgestuurd.

Verder krijgt u ***20% korting*** op boeken, kaarten, posters en wierook in onze winkel (ook voor telefonische bestellingen) en ***10% korting*** op alle cursussen in het Maitreya Instituut (behalve op het 3 jarig studie-programma dat wordt al tegen een speciale lage prijs aangeboden). U bent automatisch interna-

tionaal FPMT lid, hetgeen steeds meer voordeel oplevert bij bezoeken aan een van de ca. 70 aangesloten centra in de hele wereld.

LEENFONDS

Een andere vorm van donatie voor het werk van het Maitreya Instituut is het leenfonds. Daarin kunnen bedragen vanaf f 2500,- gestort worden, die gegarandeerd binnen vijf dagen na het ontvangen van de opdracht retour worden gestort op bank- of girorekening van degene die het geld aan de stichting heeft geleend.
Deelnemers aan dit leenfonds, waarbij geen rente wordt uitgekeerd aan de leningverstrekker, hebben het voordeel dat er dus ook geen belasting hoeft te worden betaald over de rente die anders over dit geld zou worden ontvangen. Het Maitreya Instituut laat deze gelden op een aparte rekening van de ING Bank staan en maakt, om alle risico's te vermijden, op geen enkele manier gebruik van het geld, anders dan het ontvangen van rente. Aangezien deze rente voor de stichting onbelast is ontstaat op deze manier een aantrekkelijke vorm van inkomsten.

Deelnemers aan dit leenfonds kunnen bedragen vanaf f 2500,- storten op rekening nummer: 65.85.11.548 van de ING Bank t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. Schrijf ook even een briefje aan onze administratie s.v.p.

LANG LEVEN OFFERANDE'S

Teneinde onze connectie met onze inspirerende spirituele leiders voor de toekomst te waarborgen, doet het Maitreya Instituut mee aan jaarlijkse gebedsdiensten voor een lang leven van Z.H. de Dalai Lama, Lama Zopa Rinpochee en Lama Tenzin Osel Rinpochee. Deze offerande's worden georganiseerd door de FPMT, de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition. Het afgelopen jaar werd Z.H. de Dalai Lama een lang-leven-offerande aangeboden te Varanasi. Lama Zopa Rinpochee en Osel Rinpochee werd een lang-leven-offerande aangeboden. We danken ieder van u die aan de offerande's heeft bijgedragen en stellen u opnieuw in de gelegenheid uw bijdrage aan dit speciale doel voor 1993 te doneren op onze bank of postgirorekening onder vermelding van: L.L.O. Z.H. de Dalai Lama en/of L.Z.R. en/of L.O.R.

SANGHA FONDS VOOR MONNIKEN EN NONNEN

De monniken- en nonnen Sangha vervult in het boeddhisme een belangrijke rol in de overdracht en verinnerlijking van de Boeddha Dharma. Voor het verschaffen van benodigdheden aan deze mensen die al hun tijd en energie aan studie en beoefening wijden is een speciaal fonds opgericht, waaraan het Maitreya Instituut jaarlijks minimaal $ 240,- overboekt en waaraan ook u financieel steun kunt geven. Uit dit Sangha Fonds worden uitsluitend monniken en nonnen ondersteund die aangesloten zijn bij de FPMT. Vermeld bij donaties voor dit doel: Sangha Fonds.

VRIJWILLIGERS

Binnen het Maitreya Instituut zijn legio mogelijkheden om hulp te bieden bij alle voorkomende werkzaamheden. Het Instituut dankt zijn bestaan aan de belangeloze inzet van haar medewerkers. Heeft u tijd beschikbaar schrijf dan eens een brief aan de vrijwilligers-coördinator van het Maitreya Instituut met wat u denkt te kunnen doen en wanneer.
U mag ook even bellen voor een afspraak. Regelmatig worden werkweken georganiseerd voor onderhoudswerkzaamheden zoals het schilderen van gebouwen en voor het bos- en tuin onderhoud, waar u ook aan mee kunt doen. Als u dicht bij Emst woont kunt u bijvoorbeeld ook 1 of meerdere dagen per week ingezet worden voor werkzaamheden op het kantoor.

ZEER DRINGEND GEZOCHT

WEGENS VERTREK VAN ONZE GEWAARDEERDE ERIC
ZOEKEN WIJ EEN ERVAREN

BOEKHOUDER

DIE ± 15 UUR PER MAAND IN EMST DE BOEKHOUDING
VAN HET MAITREYA INSTITUUT KAN VERZORGEN

EEN VERGOEDING IS BESPREEKBAAR
BEL : 05787-1450

TIBETNIEUWS
DODEN DOOR URANIUM AFVAL

Een groot aantal Tibetaanse dorpelingen is gestorven na het drinken van met mijnafval vervuild water. Er zijn sterke aanwijzingen dat er bij het betreffende dorp uranium wordt gewonnen. Het dorp ligt in Amdo. De naam van het dorp en de namen van de slachtoffers worden nog niet bekend gemaakt tot het onderzoek is afgerond.

De afgelopen drie jaar zijn ten minste 35 van de ongeveer 500 bewoners gestorven. Dit gebeurde binnen een paar uur na het ontstaan van koorts en een vorm van diarree. Zes van de slachtoffers stierven binnen drie dagen. Lokale dokters zeggen dat ze niets kunnen doen; er is geen sprake van een epidemie of infectie. Tibet Information Network (T.I.N.) interviewde meerdere malen een ooggetuige, met kennis van de Tibetaanse geneeskunde: "Eerst krijgen ze acute dorst, dan indigestie. De ontlasting is zwart. Ze sterven na één of twee dagen, sommigen na 5 dagen. Enkelen overleven het. Er sterft ook veel vee in het gebied rond de mijn, maar alleen na regenbuien, waarschijnlijk door afspoeling van afval van de mijn. De dieren die water uit het mijngebied drinken en mijnstof inhaleren sterven onmiddellijk, het lijkt of ze interne verbrandingen hebben".

Voordat er in 1976 erts in het gebied werd aangetroffen heeft 15 jaar prospectie plaats gevonden. Vanaf 1980 zijn er mijnbouwactiviteiten, en vanaf dit jaar werden de eerste mensen ziek. Ook begonnen op dit tijdstip de nabijgelegen bossen te verdrogen. De bevolking werd niet verteld wat er uit de bodem werd gehaald. In 1984 vertelde een Tibetaanse ambtenaar uit het mijnbouwteam dat goud uit de mijnen werd gedolven. Gevaar voor het drinkwater van het dorp zou niet aanwezig zijn. De bewoners vroegen hem water te drinken. Dit wilde hij echter niet. Chinese ambtenaren hebben later, onofficieel, afgeraden het drinkwater uit rivieren uit het mijnbouwgebied te drinken.

De mijnen liggen verspreid over een gebied van vier kilometer. Zowel ondergronds als via dagbouw wordt het erts gedolven. De Tibetanen mogen niet in de buurt van de mijnen komen. De gehele vallei wordt streng bewaakt. De Chinese mijnbouwers dragen beschermende kleding en worden na twee uur werk afgelost. Dit versterkt het idee dat er sprake is van uranium of een ander radioactief erts.

Petities waarin de bevolking de regering verzocht de mijnbouw te stoppen hadden geen effect. Het antwoord was dat de Tibetanen geen recht hebben dit te vragen. Volgens de Chinezen behoort het gebied niet aan de oorspronkelijke bewoners.

AMERIKA-CHINA POLITIEK

Niet dat de harten van de Tibetanen nu onmiddellijk sneller gaan kloppen, maar de overwinning van Bill Clinton geeft toch enige hoop dat de Amerikaanse China-politiek ten goede zal veranderen.

De in Washington gevestigde lobby-organisatie International Campaign for Tibet zag al tijdens de Democratische Conventie in juli de voortekenen van een veranderend tij. Woordvoerster Rachel Lostumbo: "Op de Conventie waren Tibetanen uitgenodigd. Tibet is zelfs één van de weinige landen die in het verkiezingsprogramma van de Democraten zijn opgenomen. We hopen dat president Clinton zijn sympathie voor de Tibetaanse zaak ook in daden zal omzetten."

Dat Clinton het nauwelijks slechter kan doen dan zijn voorganger is wel duidelijk. Eind september sprak Bush zijn veto uit over een voorstel van het Congres, dat een einde moest maken aan de bijzondere status van China als handelspartner van de Verenigde Staten. Het Congres wilde China zijn speciale status ontnemen, zolang er geen einde komt aan de schendingen van mensenrechten en de export van massavernietigingswapens.

"Bush schermde met de werkgelegenheid", zegt de woordvoerster van de lobbyisten in Washington. "Bush wilde de export uitbreiden tot een bedrag van 8 miljard dollar. Bush zag een gigantische markt in China, een afzetgebied voor de kwakkelende Amerikaanse economie. Aan Clinton nu de taak om de Chinezen te wijzen op hun plichten als het gaat om de mensenrechten en het onderdrukken van hun minderheden. Meteen na zijn inhuldiging zou hij het veto van Bush ongedaan kunnen maken."

Clinton liet tijdens de verkiezingscampagne weten een voorstander te zijn van de oprichting van Radio Free Asia, dat een zelfde functie zou moeten krijgen als Radio Free Europe in het voormalige Oostblok. (zie Tibetnieuws MM jrg.14, nr.2)

Het is de bedoeling dat Radio Free Asia een half uur per dag in het Tibetaans gaat uitzenden. Lokale informatie voor de bevolking, niet gefilterd door de Chinese censuur. Het zou een eerste stap kunnen zijn, de voorbode van een nieuwe Amerikaanse politiek van president Clinton.

Overgenomen uit de TIBET SUPPORT GROEP NIEUWSBRIEF, NR 16.

TIBET SUPPORT GROUP
POSTBUS 1756
1000 BT AMSTERDAM.

Van A tot Z BIJ DE C.P.M.T.

Hoewel één week lang vergaderen gemakkelijk op een lijdens-ervaring zou kunen lijken, was de C.P.M.T. vergadering vorige maand in Zuid Spanje meer feest dan foltering.

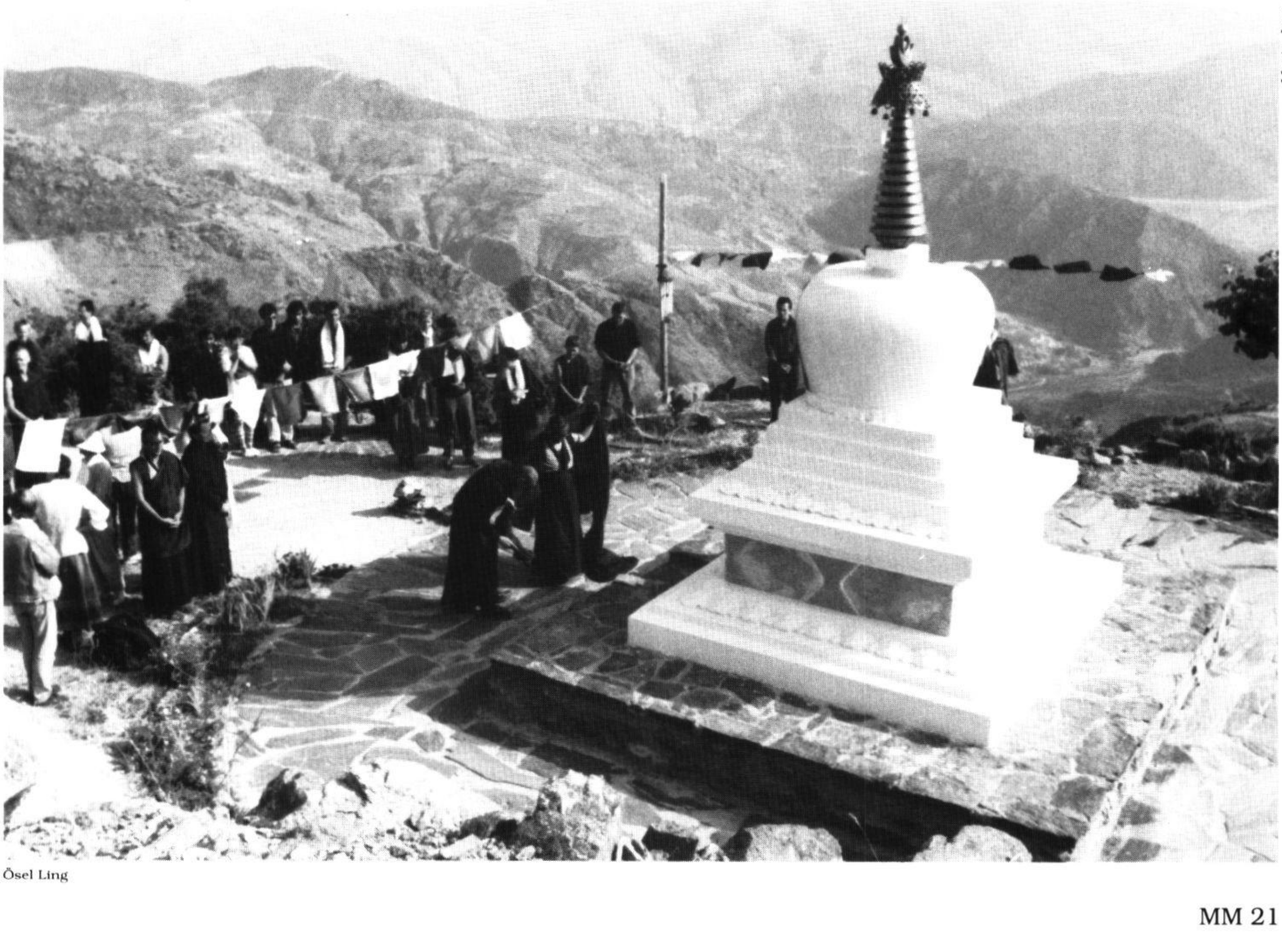
Directeuren van F.P.M.T. (Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition) centra komen ongeveer één keer per jaar bij elkaar in de C.P.M.T. (Council for the Preservation of the Mahayana Tradition) om met elkaar te discussiëren en van elkaar te leren. Vorig jaar werd deze bijeenkomst in Australië gehouden maar dit jaar was ze gelukkig wat dichter bij huis; in de bergen van de Sierra Nevada, vlak onder Granada, in het retraite centrum Osel Ling. 'Osel Ling' betekent 'plaats van het heldere licht' en dankt zijn naam aan Zijne Heiligheid de Dalai Lama, die het centrum deze naam tijdens een bezoek in 1982 gaf. De omgeving is bekend om zijn schone lucht, stilte en prachtige uitzichten en ook omdat het de geboorteplaats is van Lama Osel Rinpochee, de reïncarnatie van wijlen Lama Thubten Yeshe.

De hoofden van meer dan 30 centra uit vele landen van Europa, Amerika, Australië, Brazilië, India en Nepal waren aanwezig. De vergadering was heel interessant van opzet en onderwerpen van A tot en met Z passeerden de revue. 's Ochtends hoorden wij presentaties van enkele centra en projecten en in de middagen waren er lezingen en workshops van bevriende psychotherapeuten. De presentaties gingen over verschillende aspecten van het werk binnen de F.P.M.T., zoals het Maitri Lepra Project in India, het Education Office bij het Central Office in Californië, het Nalanda Klooster in Frankrijk, enz. De psychotherapeuten, afkomstig uit Duitsland, Engeland en Italië, werken allemaal vanuit het boeddhist-zijn in hun professionele praktijk en zorgden voor zeer interessante (soms opzienbarende) discussies en ervaringen.

De laatste dag werd er een gebedsdienst (poedja) gehouden voor het lange leven van Lama Zopa Rinpochee, die verschillende sessies van de vergadering had bijgewoond. Prachtige, zeer oorspronkelijke flamenco muziek maakte deel uit van de offerandes tijdens de poedja; een onvergetelijke ervaring voor alle aanwezigen!

Maar dat kan gezegd worden voor de hele vergadering. Ik kijk al uit naar de volgende vergadering in 1994, die gehouden zal worden in Bodh Gaya, India.

Paula de Wijs-Koolkin,
Directeur Maitreya Instituut.

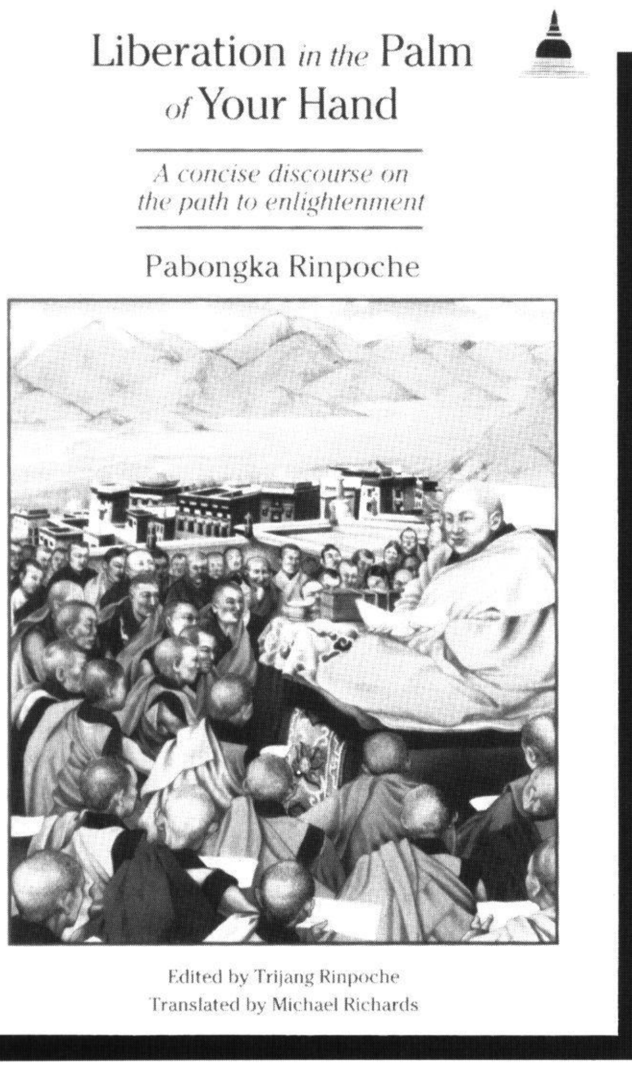


Marie-Jose

Ösel Ling

BOEKRECENTIE

LIBERATION IN THE PALM OF YOUR HAND



BEGIN DIT JAAR VERSCHEEN DE ENGELSE VERTALING VAN EEN MODERN TIBETAANS COMMENTAAR OP LAMA TSONG KHAPA'S 'UITGEBREIDE OVERZICHT VAN DE STADIA VAN HET PAD NAAR DE VERLICHTING', UITGEGEVEN DOOR WISDOM PUBLICATIONS. DIT WAARDEVOLLE BOEK IS OORSPRONKELIJK SAMENGESTELD DOOR DE MEESTER YONGDZIN TRIDJANG RINPOCHEE, DE WIJLEN JUNIOR TUTOR VAN Z.H. DE 14E DALAI LAMA, TIJDENS EEN 24-DAAGSE MEDITATIECURSUS DIE IN 1921 IN TIBET DOOR KYABJE PHABONGKHA RINPOCHEE WERD GEGEVEN. YONGDZIN TRIDJANG RINPOCHEE WAS VERANTWOORDELIJK VOOR HET NAUWGEZET OPTEKENEN VAN DE INSTRUCTIES EN HET REDIGEREN VAN DE TEKST GEDURENDE DE DAAROP VOLGENDE ZEVENENDERTIG JAREN! DE TEKST WERD IN 1958 IN HET TIBETAANS GEPUBLICEERD.

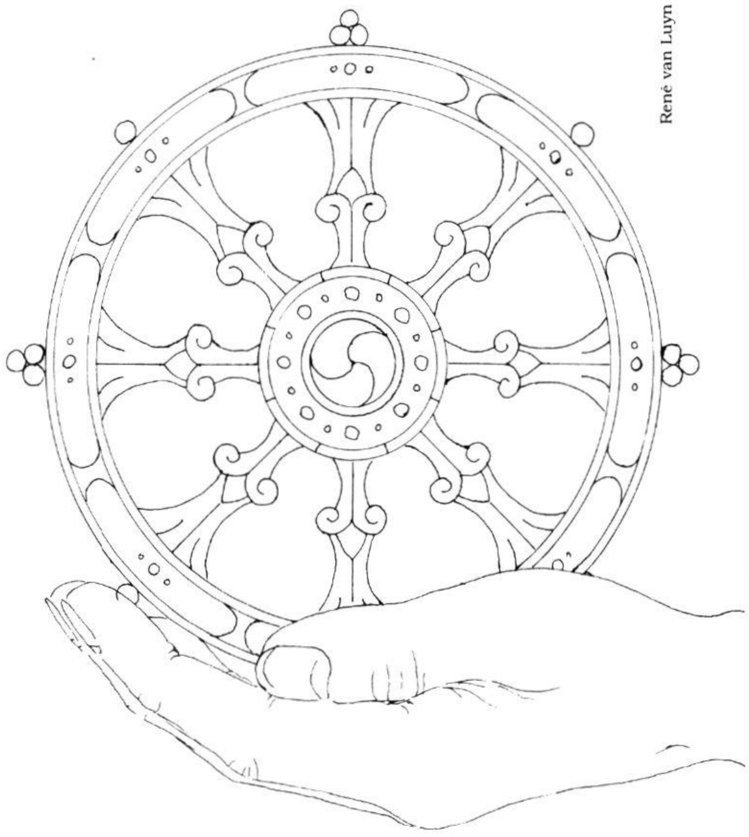
Nu in 1992 is het werk ontsloten voor de rest van de wereld in een Engelse vertaling van Michael Richards, die voor zijn vertaling voortdurend de ook bij ons bekende en geliefde Tibetaanse Lama Achok Rinpochee raadpleegde. De tekst is een vereenvoudigde uitleg van het 'Uitgebreide overzicht van de stadia van het pad naar de verlichting' van Lama Tsong Khapa en wordt door de huidige generatie Tibetaanse Gelukpa Lama's veel gebruikt bij hun onderricht in het westen. Waar het werk van Lama Tsong Khapa een scholastische en academische indruk maakt, richt Phabongkha Rinpochee zich in directe instructies rechtstreeks tot de beoefenaars. De algemene indeling van Lama Tsong Khapa wordt door Phabongkha Rinpochee tot in de kleinste details uitgewerkt bij onderwerpen zoals: de voorbereidende beoefeningen, de yoga met de spirituele meester, het ontwikkelen van de verlichtingsgeest, karma en de andere onderwerpen. De voorbereidende beoefeningen zijn gebaseerd op het Lam Rim gebed (Djor Cheu), waarvan we een vertaling aantreffen in de appendix van het boek. Het belang en de beoefening van de yoga met de spirituele meester wordt uitgebreid behandeld evenals de drie verschillende methoden voor het ontwikkelen van de verlichtingsgeest. Een gedetailleerd commentaar op de gedachtentraining en een vertaling van Geshe Chekawa's basistekst over de 'Zeven punten gedachtentraining' zijn in de appendix opgenomen.

De stijl van Phabongkha Rinpochee is goed leesbaar. De instructies zijn gebaseerd op zijn persoonlijke ervaringen en die van andere Lama's. 'Liberation in the palm of your hand' is ruim geïllustreerd met verhalen, voorbeelden en citaten uit de boeddhistische geschriften. De lezer leert hoe over elk stadium van het pad gecontempleerd dient te worden en welke resultaten er mogen worden verwacht.

Dit boek is dus bij uitstek geschikt voor degenen die zich serieus in het boeddhistische pad willen verdiepen en de instructies voor training in de stadia van het pad in praktijk willen brengen.

Het zal ook dienen als leerstof voor het onderwerp Lam Rim zoals het Maitreya Instituut dat in de eerste twee jaar van haar driejaren programma zal presenteren.

LAMA ZOPA RINPOCHEE OVER DE MEESTER PHABONKHA RINPOCHEE


René van Luyn

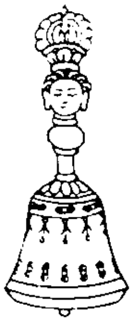
"Phabongkha Dechen Nyingpo is een unieke heilige gids en een object van toevlucht voor alle levende wezens. In werkelijkheid is hij de belichaming van Heruka. Uiterlijk verscheen hij als een zuivere monnik, innerlijk leefde hij in de complete ervaring van de twee stadia van Hoogste Yoga Tantra, door zijn beoefening van het zuivere gecombineerde pad van soetra en tantra. Hij onderwees en leidde anderen op dezelfde wijze, waarbij hij de zuivere wijsheid van de leringen van Lama Tsong Khapa wist te bewaren. Hij bezat de verlichte kwaliteiten van lichaam, spraak en geest van Lama Tsong Khapa. Dit kan worden begrepen en ervaren door het pad, dat hij in dit boek onthulde, te volgen. Phabongkha Rinpochee had een groot aantal yogies als volgeling. Zijn voornaamste leerling, Kyabje Trijang Rinpochee schreef en redigeerde 'Liberation in the Palm of Your Hand' en bereikte de kwaliteiten van een groot leraar; strikte morele zelfdiscipline en een goed hart. De oceaan-achtige soetra en tantra leringen van Phabongkha Rinpochee zijn als de Grote Oceaan en dit boek is er de essentie van. Zelfs in boeddhistische landen is het moeilijk om te ontdekken hoe je bodhicitta kunt ontwikkelen of waar je moet beginnen met de ontwikkeling van het pad naar verlichting. Dat komt omdat niemand daar precies weet hoe de uitgebreide leringen van Boeddha kunnen worden geïntegreerd in een pad dat ons stapje voor stapje naar verlichting voert. En dat komt weer omdat ze geen contact gemaakt hebben met de heilige Lam Rim leringen. Er is geen groter verlies denkbaar dan geen Lam Rim te beoefenen terwijl het op deze planeet beschikbaar is. Want dit is het ene pad dat de boeddha's van het verleden, heden en de toekomst betreden hebben en zo schitterend is samengesteld, dat iedereen door de geleidelijke opbouw ervan, hiermee de verlichting kan bereiken. Dit pad bevat zonder mankeren de essentie van al de 84.000 leringen die Boeddha onderwees.

De bijzondere kwaliteit van de Lam Rim lessen in 'Liberation in the Palm of Your Hand' wordt geïllustreerd doordat het meer gedetailleerde commentaren bevat op de voorbereidende beoefeningen dan de Lam Rim Chenmo van Lama Tsong Khapa, waarop het is gebaseerd. Het heeft een eenvoudige en heldere presentatie met veel verhalen en voorbeelden, zodat zelfs degenen die niet gezegend zijn met een grote intelligentie of lui zijn, het gemakkelijk kunnen begrijpen. Het is daarom erg effectief in het bestrijden van luiheid en verkeerde ideeën. Het is ook zeer effectief voor hen die al een grote intellectuele kennis hebben van andere boeddhistische leringen, maar wier geest nog niet geprofiteerd heeft van deze kennis. Deze Lam Rim tekst kan door weerstanden heen breken, de geest kalmeren en het leven deugdzaam maken. Het is dus erg belangrijk dit Dharma boek te gebruiken om de geest zoveel mogelijk al in dit leven te ontwikkelen of er tenminste de zelf-koesterende gedachten mee af te zwakken.

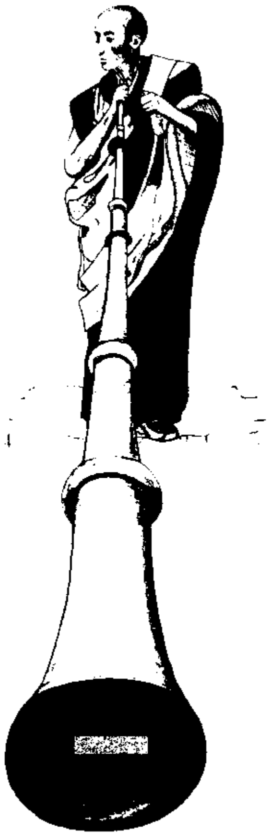
Daarom bid ik dat alle wezens dit boek mogen lezen en de stadia van het pad naar verlichting mogen realiseren door de verlichtingsgeest in hun bewustzijn te ontwikkelen. Mag hierdoor alle honger, ziekte, oorlog en al het andere ongemak onmiddellijk worden gepacificeerd en mag iedereen genieten van de Dharma en Wereldvrede".

LIBERATION IN THE PALM OF YOUR HAND
1200 pagina's waarvan 800 pagina's tekst, 65 pagina's appendix, 300 pagina's verwijzingen, voetnoten, verklarende woordenlijst en index.
ISBN nr.:
Prijs f 94,55. Verkrijgbaar bij de betere boekhandel of te bestellen bij het Maitreya Instituut.

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN



DECEMBER 1992 t/m MAART 1993



OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

December

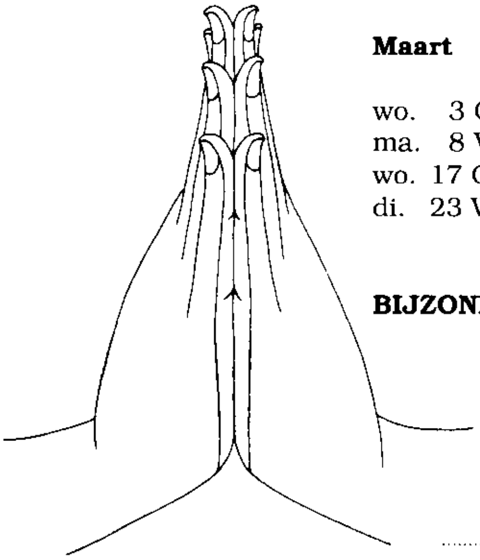
wo. 2 Wassende maan Tara Offerande
vr. 4 Offerande aan de Spirituele Meesters
wo. 9 Volle maan Tara Offerande
za. 19 Offerande aan de Spirituele Meesters
di. 22 Offerande aan de Dharma Beschermers

Januari

vr. 1 Wassende maan Tara Offerande
zo. 3 Offerande aan de Spirituele Meesters
vr. 8 Volle maan Tara Offerande
zo. 17 Offerande aan de Spirituele Meesters
vr. 22 Offerande aan de Dharma Beschermers
zo. 31 Wassende maan Tara Offerande

Februari

di. 2 Offerande aan de Spirituele Meesters
za. 6 Volle maan Tara Offerande
di. 16 Offerande aan de Spirituele Meesters
zo. 21 Offerande aan de Dharma Beschermers



Maart

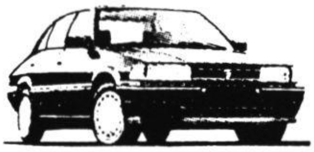
wo. 3 Offerande aan de Spirituele Meesters
ma. 8 Volle maan Tara Offerande
wo. 17 Offerande aan de Spirituele Meesters
di. 23 Wassende maan Tara Offerande

BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

za. 19 december	Feestelijke Lama Tsong Khapa Dag.
ma. 22 februari	Lo Sar, Tibetaans Nieuwjaar.
wo. 10 maart	Herdenking Tibetaanse opstand

CURSUSINFORMATIE

Per bus no: 124 is het centrum in Emst te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een Chinees restaurant waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke cursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor *f* 5,-- per keer of zelf mee te nemen. **Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aan lid/abonnee van het Maitreya Magazine aangeboden. Indien uw financiële situtatie dit noodzakelijk maakt kunt u vooraf verzoeken om korting.



Per auto bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:
Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het Chinese restaurant. Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.
Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht naar Emst etc. zie hierboven.
Parkeren bij de hoofdingang voor cursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

LOCATIE
De cursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha. bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een cursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1993 en zich op het cursusterrein te houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

AANMELDING EN BETALING CURSUSGELDEN
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 10.00-13.00 en van 14.00-16.00 uur, elke dag behalve van zaterdag t/m maandag..
Uw reservering wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op girorekening 43.05.057 of bankrekening 65.85.11.548 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de cursusdatum.
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag onze folder.

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1993

LO RIG, boeddhistische psychologie in 5 weekenden:
12 t/m 14 februari
12 t/m 14 maart
2 t/m 4 april
7 t/m 9 mei
4 t/m 6 juni
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.
KOSTEN: 5 weekenden f 600,- of 120,- per maand voor deelnemers aan het studieprogramma. Deze Lo Rig cursus leent zich niet voor het volgen van losse weekenden. Als u het studieprogramma niet volgt en toch 1 of meer weekenden wilt volgen is het gebruikelijke tarief van toepassing: F 150,-
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

---

22 t/m 24 januari
Meditatie en motivatie.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Het succesvol werken aan onze innerlijke ontwikkeling gebeurt in het boeddhisme door een combinatie van drie activiteiten: luisteren, contempleren en mediteren. Juist in meditatie wordt een verdieping van inzicht bereikt en worden goede eigenschappen aangekweekt.

Dit eerste themaweekend aan het begin van het nieuwe cursusprogramma wordt een praktisch meditatieweekend met de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, die verschillende meditatie-technieken zal presenteren. Op basis van de uitleg zal onder leiding worden geoefend in concentratie-meditaties op de ademhaling, op visualisatie, en zullen analytische meditatie-technieken worden toegelicht. Tevens zal Geshela ingaan op het effect van een juiste motivatie.

Bovendien zullen degenen die dat wensen gedurende het weekend extra begeleiding krijgen in het verwoorden van de meditatie-oefeningen, zodat vaardigheid ontstaat in het correct leiden van meditaties bijvoorbeeld in studiegroepjes en in het presenteren van deze technieken aan anderen.

Dit weekend wordt sterk aanbevolen aan alle deelnemers van het 3-jarig studieprogramma, waarvan meditatie een wezenlijk onderdeel uitmaakt, maar staat ook open voor alle andere belangstellenden.

KOSTEN: F 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 29 januari om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

25-26 februari
De 18 basisvoorschriften van de bodhisattva-gelofte
Door: DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

De Tibetaanse meester Dagpo Rinpochee Jampa Gyatso zal het Maitreya Instituut ook dit jaar weer vereren met zijn aanwezigheid en ons allen inspireren met zijn warmte en wijsheid.
Dagpo Rinpochee, die al 30 jaar in Parijs woont en onder meer les geeft aan de Universiteit te Parijs zal gedurende twee dagen een toelichting geven op de gelofte van de bodhisattva. De bodhisattva-gelofte is een krachtige methode, waarmee we in de praktijk vorm geven aan het verruilen van de zelfkoesterende of egoïstische houding voor een altruïstische houding die aan het geluk van de ander prioriteit geeft.
Degenen die Rinpochee eerder hebben ontmoet zullen weten dat de levenshouding van de bodhisattva voor hem al lang geen theorie meer is.

KOSTEN: f 120,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Donderdagochtend 9.30 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

Dagpo Rinpochee

26-28 februari
Volledige Initiatie in 1000 armen Avalokiteshvara (Chenrezig)
Door: DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

De methoden van de boeddhistische tantra zijn alom bekend als krachtige technieken voor het ontwikkelen en transformeren van geestelijke kracht. Om deze redenen wordt het tantrische 'voertuig' snel genoemd. Door een unieke combinatie van concentratie en inzicht in de leegte en een radicale verschuiving van de identificatie met het zelf en de omgeving, waarbij door middel van creatieve verbeelding een uitgesproken zuiver zelfbeeld in een volmaakt zuivere omgeving wordt ontwikkeld, vindt in het diepste wezen van de mens een geleidelijke transformatie plaats.
Eerste aanzet tot deze transformatie is behalve het opwekken van een altruïstische motivatie (we moeten het voornamelijk voor het welzijn van anderen willen doen), het ontvangen van een volledige initiatie (wang) van een volledig gekwalificeerde meester.

De meditatieboeddha Avalokiteshvara (Tib.: Chenrezig) is in wezen een personificatie van de altruïstische motivatie en stimuleert het ontwikkelen van mededogen en liefde voor alle wezens, zonder onderscheid van geslacht, ras of nationaliteit.

Mediteren op Avalokiteshvara levert onmiddellijk een bijdrage aan het positieve gedachtenveld dat een tegenwicht vormt tegen de negatieve gedachtenvelden van racisme en nationalisme.
Uiteindelijk helpen de meditaties op Avalokiteshvara ons het hoogste niveau van evolutie, verlichting, boeddhaschap te bereiken.

Kosten: f 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

7-10 maart
NYUNG NÉ, VASTENRETRAITE
O.l.v. Koosje van de Kolk
AANVANG: Zondag 7 maart om 20. 00 uur
EINDE: Woensdagochtend na het ontbijt.
KOSTEN: F 95,- vol pension (slaapzaal).
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

26 t/m 28 maart
Het waardevolle mensenleven als volmaakte basis voor innerlijke evolutie
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Een belangrijke stap in het proces van innerlijke evolutie is het beseffen van de eigen mogelijkheden. Het boeddhisme benadrukt de grote waarde van het mensenleven met vrijheden en rijkdommen. Dankzij dit mensenleven is het mogelijk oorzaken te creëren voor tijdelijk en uiteindelijk geluk. Het is niet toevallig dat we als mens zijn geboren, er liggen specifieke karmische oorzaken aan ten grondslag. De eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal in zijn uitleg van het waardevolle mensenleven aangeven hoe wij de essentie uit ons leven kunnen nemen, hetgeen ons leven aanzienlijk zal verrijken en tevens onze toekomst veilig kan stellen.

Dit cursusweekend is het tweede in het kader van het 3-jarig studieprogramma voor het onderdeel Lam Rim, maar staat als themaweekend open voor iedereen die belangstelling heeft voor de boeddhistische levensleer.

Tussen de lezingen door is er gelegenheid deel te nemen aan geleide meditatie.

KOSTEN: F 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 26 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

23 t/m 25 april
Sterven als deel van het leven.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert

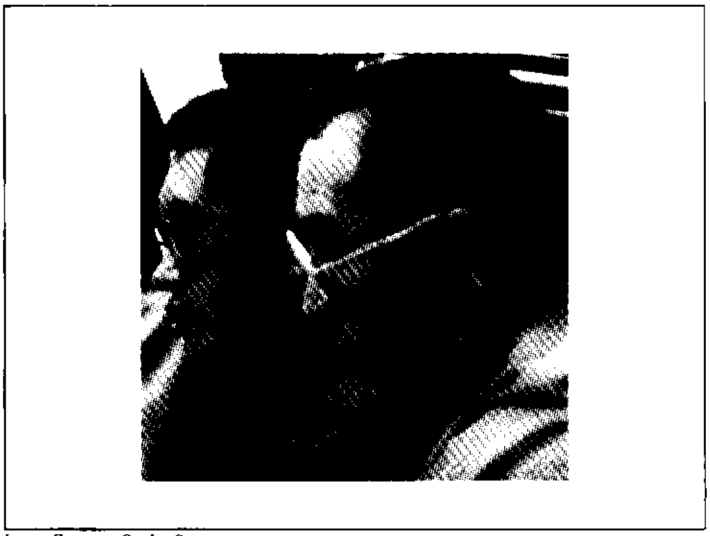
Sterven wordt in het boeddhisme gezien als een natuurlijk proces, een belangrijke overstap naar het volgende leven.
Nu het westen zich buigt over vraagstukken zoals bijna-dood-ervaringen, kan de boeddhistische kennis over het stervensproces een nuttige bijdrage leveren in het verklaren van gevoelens, ervaringen en visioenen van de stervende mens.
Het mediteren over de eigen vergankelijkheid is niet enkel een nuttige voorbereiding om het onvermijdelijke te leren accepteren, maar wordt ook een middel waarmee we onszelf aansporen de nog resterende tijd van ons leven nuttig te gebruiken.
Geshe Sonam Gyaltsen zal de boeddhistische meditaties op het sterven en het stervensproces toelichten, waarna belangstellenden onder leiding meditatie-ervaring kunnen opdoen.

***KOSTEN:** F 150,- vol pension (slaapzaal).*
***AANVANG:** Vrijdagavond 23 april om 20.00 uur.*
***AANMELDING:** Telefonisch: 05787-1450.*

21 t/m 23 mei
Boeddha, zijn leer en de spirituele gemeenschap, een weekend over de kwaliteiten van de 3 Juwelen en toevlucht nemen.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Een veilige richting geven aan het leven hoeft niet saai te zijn en is ook niet alleen maar voor 'watjes'. Het vergt juist moed en doorzettingsvermogen het eigen evolutieproces bewust te sturen. Geshe Sonam Gyaltsen zal toelichten wat de bijzonderheden zijn van Boeddha, Dharma en Sangha, niet alleen als referentie-objecten buiten ons, maar vooral ook als niveau van zuiver en ontwikkeld bewustzijn.
Binnen deze context van kwaliteiten wordt het toevlucht nemen een begrijpelijk en logisch proces, waarbij de aspirant in de voetsporen van de Boeddha treedt en zich bovendien openstelt voor de zegeningen en golven van inspiratie die de verlichte wezens onafgebroken uitzenden naar iedereen die op de golflengte 'vertrouwen' afstemt.
Ook in dit weekend wordt de uitleg door de Tibetaanse Lama weer afgewisseld door meditaties waarbij belangstellenden onder leiding kunnen oefenen en ervaring kunnen opdoen.

***KOSTEN:** F 150,- vol pension (slaapzaal).*
***AANVANG:** Vrijdagavond 21 mei om 20.00 uur.*
***AANMELDING:** Telefonisch: 05787-1450.*



Lama Zopa en Geshe Sopa

11 t/m 18 juni
Emptiness and the wisdom of selflessness
Door: GESHE SOPA
Voertaal: Engels

De eerwaarde Geshe Lhundup Sopa is als professor in Tibetan Buddhist Studies al jarenlang verbonden aan de universiteit van Wisconsin. Hij werkt veel samen met de bekende Amerikaanse vertaler Jeffrey Hopkins en werkte mee aan verschillende boeken over de filosofische scholen en over het moeilijke begrip wijsheid van zelfloosheid of 'leegte'.
Wij hebben Geshela verzocht over zelfloosheid te spreken aan de hand van de zevenpunten analyse van Chandrakirti.
Geshe Sopa spreekt goed Engels en zal direct in het Engels lesgeven.

***KOSTEN:** F 395,- vol pension (slaapzaal).*
***AANVANG:** Vrijdagavond 11 juni om 20.00 uur.*
***AANMELDING:** Telefonisch: 05787-1450.*

2 t/m 16 juli
Lam Rim Meditatie Cursus
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Tijdens deze jaarlijkse zomercursus wordt een overzicht gepresenteerd van alle stadia van innerlijke ontwikkeling volgens de boeddhistische leer, vanaf het eerste positieve denken tot het hoogste niveau van evolutie, de verlichting, het boeddhaschap.
Onze vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen zal alle belangrijke grondbeginselen van de boeddhistische leer uiteenzetten en aan de moderne mens relateren, zodat een goed overzicht ontstaat van theorie en praktijk van deze bevrijdingsleer.

De Lam Rim Meditatiecursus vormt al jarenlang het hart en de kern van alle programma onderdelen die door het Maitreya Instituut worden georganiseerd. De lezingen door de Tibetaanse Lama, die de ononderbroken overlevering overdraagt, worden afgewisseld door geleide meditaties, zodat onder deskundige leiding zowel kennis als ervaring kan worden opgedaan.

De cursus is bij uitstek geschikt voor mensen die in korte tijd zoveel mogelijk over het boeddhisme willen leren op een geordende wijze, zodat het de leer als geheel overzichtelijk blijft.
Voor ervaren boeddhisten verschaft de retraite sfeer ieder jaar weer een gewaardeerde gelegenheid tot verdieping van beleving en ervaring.

KOSTEN: F 750,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 2 juli om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

6 t/m 8 augustus
Tekenweekend
Onderwerp: De mandala van Chenrezig (Avalokiteshvara)
Door: ANDY WEBER
Voertaal: Engels.

In een intensief weekend zal Andy Weber ons inleiden in de kunst van de Tibetaans boeddhistische iconografie. Dit jaar is het uitgangspunt voor de presentatie van de symboliek van de meditatieboeddha's en hun lichtpaleis de mandala van Chenrezig, de boeddha van mededogen. Andy zal voor zijn toelichting gebruik maken van een diashow.

KOSTEN: F 180,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 6 augustus om 20.00 uur
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

6 t/m 15 augustus
Jaarlijkse tekencursus
Onderwerp: De mandala van Chenrezig (Avalokiteshvara)
Door: ANDY WEBER
Voertaal: Engels.

Beginnend met het intensieve introductieweekend over de mandala van Chenrezig wordt de cursus maandag voortgezet op een practische basis. Deelnemers zullen leren een grit op te zetten van de afbeelding van Chenrezig en die volgens de traditie in te vullen. Bovendien zal informatie worden gegeven omtrent de oorsprong en verscheidenheid van symbolen die in de thanka schilderkunst worden gebruikt.

KOSTEN: F 595,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 6 augustus om 20.00 uur
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

LEZINGEN IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN MET NEDERLANDSE VERTALING AANVANG 19.30 UUR en TOEGANG F 10,-

ELKE DONDERDAGAVOND IN EMST
van 28 januari t/m 25 maart (behalve 25 februari)

GEDACHTENTRAINING 8 avonden
DOOR: GESHE SONAM GYALTSEN
KOSTEN: F 100,- of 12,50 per keer
AANVANG: Donderdagavonden om 19.30 uur
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep Amsterdam,
Prinsengracht 200.
LO DJONG, gedachtentraining.
Serie van 6 lezingen op de woensdagavonden:
20 januari,
24 februari,
24 maart,
21 april,
19 mei,
23 juni.

ROTTERDAM: Losel Yarga - Liefde en mededogen
Hotel Central, Kruiskade 12
(bij Coolsingel)
Woensdagavond 27 januari om 19.30 uur

EMMEN: Maitreya Studiegroep Emmen,
Openbare Bibliotheek, Noorderplein 101.
LAM RIM, overzicht van de stadia van de weg naar de verlichting.
Serie van 4 lezingen op de woensdagavonden:
3 februari,
17 maart,
5 mei,
30 juni.

FEERWERD
(bij Groningen): De Kerk,
Valgeweg 3
VREDE EN MEDITATIE, De kunst om gelukkig te zijn
Lezingen, discussie, meditatie.
Zondag 7 februari.
Aanvang 10.00 uur.
Entree: F 40,-
Einde: 16.30 uur
Info: 05941-1949 Eva

TILBURG: De Stroom,
Poststraat 7 A (in de poort).
KARMA, de wet van oorzaak en gevolg.
Op de woensdagavonden:
10 februari,
28 april.

RIJSWIJK:
Willem van Rijswijckstraat 80.
REINCARNATIE, wedergeboorte.
Woensdagavond 17 februari.
Toegang f 12,50 Info: Tel: 070-3999563 Marco Roos.

BLOEMENDAAL: Poustinia,
Dennenweg 16.
DOOD, BARDO, WEDERGEBOORTE.
Woensdagavond 3 maart.

ZWOLLE: Tara,
Steenstraat 5-7.
Serie van 4 lezingen op de woensdagavonden.
10 maart: DOOD, BARDO, WEDERGEBOORTE.
14 april: DE VIER EDELE WAARHEDEN,
26 mei: DE 12 SCHAKELS.
16 juni: DE VERLICHTINGSGEEST.

EINDHOVEN: Aquamarijn,
Stratumsedijk 57.
TIBET EN TANTRA, Lezingen, discussie, meditatie.
Zondag 21 maart.
Aanvang 10.00 uur.
Toegang: Tel.info. 040-122593.

HARDERWIJK: Helios, in De Kiekure,
Tesselschadelaan 1.
INTRODUCTIE IN TIBETAANS BOEDDHISME,
Woensdagavond 7 april aanvang 20.00 uur.
Toegang f 7,50.

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
december 1992, januari, februari 1993

VERSCHIJNING
Tenminste 1x per kwartaal

UITGAVE
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450
Fax: 05787-1851

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Getsulma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Jan-Paul Kool

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
Alex van Baar en René van Luyn

ILLUSTRATIES
Andy Weber, Nico van Beek, Karma Meunlam e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Stichting Maitreya Instituut 1992c.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland
Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, cursusgeld, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057
Bank: I.N.G. Beneden Leeuwen, rek.nr.: 65.85.11.548, t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

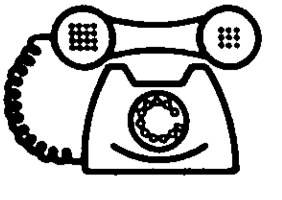
VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

STICHTINGSBESTUUR
Voorzitter:
Paula de Wijs-Koolkin

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Jan-Paul Kool

Bestuursleden:
Gelong Marcel Bertels
April Elzenga



TELEFOON 05787-1450
FAX 05787-1851

Het kantoor van het instituut is telefonisch bereikbaar van 10.00-13.00 uur en van 14.00-16.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Van zaterdag t/m maandag gesloten.

DOELSTELLING
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2x per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4x per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) **en 10% korting** op **alle cursussen** in het Maitreya Instituut behalve het driejarig studieprogramma. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

DONATEURS
Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1993 & FPMT-LID 1993**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe en zijn vertaler is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie, en ontvangen 10% korting op cursussen gegeven door Geshela behalve het driejarig studieprogramma. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.85.11.548 van de I.N.G. Bank te Beneden Leeuwen t.n.v. Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT
Avalokiteshvara
Foto: J.P. Kool .

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.
Het centrum is van zaterdag t/m maandag gesloten.

Ik offer de bodem, bedekt met wierook, bestrooid met bloemen, versierd met de berg Meroe, de vier kontinenten, de zon en de maan. Mogen door deze offeranden aan de boeddha's aan te bieden, alle wezens van die zuivere wereld genieten. Ik offer de bodem, bedekt met wierook, bestrooid met bloemen, versierd met de berg Meroe, de vier kontinenten, de zon en de maan. Mogen, door deze offeranden aan de boeddha's aan te bieden, alle wezens van die zuivere wereld genieten. Ik offer de bodem, bedekt met wierook, bestrooid met bloemen, versierd met de berg Meroe, de vier kontinenten, de zon en de maan. Mogen, door deze offeranden aan de boeddha's aan te bieden, alle wezens van die zuivere wereld genieten.